



Nemes Trilplaat

Doelgroep:

topsporters, competitiesporters, recreanten, zelfs de niet-sporters hebben er op gezondheidvlak baat bij.

Leeftijd:

Vanaf 16j. tot 80j.

Waarom kwam NEMES als de beste trilplaat uit de testen?:

- Nemes is de eerste trilplaat op de markt met verticale vibratie.
- iedereen wordt dmv van een plakker (EMG) op de spier gemeten.
- waar in België je gaat vibreren op de Nemes, overal krijg je dezelfde frequentie en hetzelfde protocol, d.i. logisch want je lichaam is toch hetzelfde of je nu in Gent, Hasselt of Luik gaat trainen. Door de EMG-meting heb je steeds de perfecte beginsituatie.
- maximum 10 min vibreren per dag voor een gezond lichaam.
- maximum 1 min constant vibreren steeds 1 min rust.
- Geen oefeningen vereist, door de EMG meting weet je of uw spieren werken ja of nee.
- Whole body vibration betekent dat je enkel met uw voeten op de trilplaat moet plaatsnemen (enkels, knieën, heupen vangen schokken op), ik trek toch ook niet je stoel onder je zitvlak onderuit;
- gebruik de NEMES-A voor armvibratie;
- gebruik de theta voor lokale vibratie (vb. zitvlak, onderbenen, onderrug, etc.)

U traint enkel en alleen uw spieren die voor beweging zorgen. Het is alleen maar show en zelfs ongezond in de fitnesswereld : U traint NIET uw buikspieren en rugspieren (deze spieren zorgen voor stabiliteit)

Welke effecten kun je verwachten van de Nemes

Duursporters: ter bevordering van de recuperatie; stresshormoon gaat dalen, testosteron en groeihormoon gaat stijgen.

Spelsporten: ter preventie van blessures en ter bevordering van de explosiviteit, gemiddelde toename van spronghoogte is 4 cm na 3 weken vibratietraining.

Fitness: alternatieve training voor onze spieren die voor beweging zorgen, gering vetverlies (o.w.v. de invloed op het hormonaal systeem), lichaamsamenstelling verandert hierdoor, men gaat stevigere billen krijgen.

Geriatrie: Ouderdomsverschijnselen gaat men tegengaan (hormonaal systeem), botdensiteit gaat toenemen (vibratie), betere spierkracht waardoor men langer kan bewegen en men osteoporose (botafbraak) tegengaat bij vrouwen en mannen.

Opletten voor namaak trilplaten of goedkopere exemplaren

Niet elke trilplaat is hetzelfde en kunnen trillingen uit namaak toestellen ernstige schade veroorzaken. Er is geen enkele lichaamsstructuur die aan trillingen ontsnapt. Denk aan onze vrachtwagenchauffeur die op het einde van z'n beroeps carrière veel kans heeft om een discus hernia te krijgen door de trillingen van de weg. Daarom dat piloten in een helikopter nooit heel lang rondvliegen en een valschermspringer ook niet op z'n zitvlak landt.



De Nemes-trilplaat is de enigste op de markt die uw beginsituatie kan meten. En dit door middel van EMG-meting.

Schade die veroorzaakt kan worden door namaak trilplaten of goedkopere exemplaren

- door een zitpositie aan te nemen kunnen wervels t.o.v. elkaar verschuiven;
- jonge en oudere vrouwen kunnen menstruatiestoornissen krijgen met abnormaal kindergeboorte tot gevolg;
- mannen kunnen genetisch foutief materiaal produceren (zaadcellen met 2 kopjes, etc.);
- ernstige inwendige bloedingen bij zowel mannen als vrouwen;
- de spierafbraak in het bloed neemt hoge waarden aan door de foutieve afstelling van het apparaat;
- ons hoofd gaat foutieve informatie doorsturen naar onze spieren, zodat deze te laat reageren op bepaalde situaties (bv. bij het trappen op een losliggende tegen gaat men door de knie zakken en heeft men te maken met een gescheurde kruisband, meniscus, ...)

Eigen ervaring en mening

Ik werk nu reeds goed 3 jaar met de Nemes trilplaat, dus ik kan u wel vertellen dat ik al veel trilplaten heb zien opkomen en er komen er elke dag nog bij. Dit betekent dat het toch een goede business is. Spijtig genoeg ten koste van de gezondheid van duizenden niets vermoedende mensen. Maar blijkbaar willen mensen nu éénmaal gefopt worden en geloven ze de vele Pinoccio-verhalen.

De Nemes Trilplaat is de enigste die positieve testen kan voorleggen van alle merken op de markt en Nasa en Esa werken met deze Nemes-toestellen om de astronauten optimaal voor te bereiden. Zulke objectiviteit is onze beste reclame.

