

FITNESS- UND GESUNDHEITSSPORT | REHA | BÄDER



© Stefan Nerbas

AquaFitness Trends 2021
Interview Prof. Dr. med. W. Bloch, DSHS Köln
Erfolgskonzept: Mietmodell AquaCycling

BÄDER
MIETEN
RÄDER



AquaKinetics[®]
Academy



WEBSITE

Aquarider® [plus]

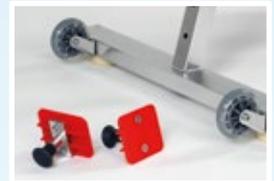
Für alle Zielgruppen und Leistungsklassen



Ihre Vorteile



Aquarider®
Bambini Sattel *



Zusätzliche
Bremswiderstände *



Riemenlose
Pedalkörbe *



Gleitlagerbuchse

* Jederzeit ohne aufwendigen Umbau selbst nachrüstbar.





EIN MEHR AN KOMPETENZ UND ERFAHRUNG KANN NIEMAND BIETEN.



Liebe Leser/innen,

wir werden uns noch lange an das vergangene Jahr 2020 erinnern – Herzlich willkommen im Neuen Jahr 2021!

Das durch vielseitige Einschränkungen geprägte Privat- und Geschäftsleben, hat große Teile unseres Alltags bestimmt. Nun gilt es mit innovativen und finanzierbaren Modellen unsere Kunden zurück zu gewinnen und den Besuch in den Fitness Studios zu attraktivieren.

Unser Augenmerk gilt heute ganz der Fitness- und Gesundheitsbranche. Was wir seit 2004 entwickeln, herstellen und weltweit vermarkten, ist fester Bestandteil in den täglich stattfindenden Kursen. In der AquaKinetics Academy bilden wir die Kursleiter unserer Kunden aus. Ein Mehr an Kompetenz und Erfahrung kann niemand bieten. Speziell Fitness- und Gesundheit Kursanbieter profitieren von dem attraktiven Zusatzangebot, welches durch wissenschaftliche Begleitung wie z.B. die DSHS Köln seit vielen Jahren begleitet wird.

Die Verbindung zwischen Herstellung, Ausbildung und der haus-eigenen Finanzierung durch das Mietmodell **BÄDER MIETEN RÄDER**, bieten wir dem Fitness – und Gesundheitsstudio ein erprobtes Geschäftsmodell für die Zeit nach der Krise.

Fordern Sie uns – wir sind nach der Zwangspause voller Energie und liefern ab Lager innerhalb weniger Tage.

Freundliche Grüße und: Bleiben Sie GESUND!

Markus Scherer
Geschäftsführer / CEO



© Stefan Nerbas

HERSTELLER VERMIETET **AQUARIDER®** UND **AQUAJUMPER®** MIT DIESEM ERPROB-
TEN UND PRAXISNAHEN GESCHÄFTSMODELL WIRD AQUAFITNESS MIT GERÄTEN
AUCH IN IHREM FITNESS- UND GESUNDHEITSSTUDIO OHNE INVESTITION ERMÖG-
LICHT. DIE WÖCHENTLICHEN MIETKOSTEN WERDEN DURCH DIE KURSTEILNEH-
MER GEDECKT – DER ANBIETER ERZIELT SCHON IN DER ERSTEN WOCHE EINEN
ÜBERSCHUSS. DURCH DAS KURSSYSTEM IST EINE PLANUNGSSICHERHEIT MÖGLICH.
BESONDERS GEEIGNET ALS EINFÜHRUNGSTEST ZUR ATTRAKTIVITÄT STEIGERUNG
IHRER ANLAGE – NATÜRLICH OHNE VERSTECKTE KLAUSELN.

MEHR INFORMATIONEN MIT
MIETRECHNER FINDEN SIE HIER:

WWW.BÄDER-MIETEN-RÄDER.DE



BÄDER
MIETEN
RÄDER

SPORTSTÄTTEN, FITNESSCLUBS UND SCHWIMMBÄDER SEIT NOVEMBER GESCHLOSSEN

Nach dem Lockdown wird der Drang zur Bewegung im Wasser stark zunehmen. Im Hinblick die die zweite Jahreshälfte wird AquaFitness als eine äußerst wirkungsvolle Methode das Herz-Kreislaufsystem in Verbindung mit den physikalischen Eigenschaften des Wassers zu trainieren gesehen. Der Zusammenhang zwischen körperlicher Bewegung und gesundheitlichem Benefit spielen hierbei eine wichtige Rolle.



UNI.- PROF. DR. MED. WILHELM BLOCH IM INTERVIEW

Leiter der Abteilung für molekulare und zelluläre Sportmedizin der Deutschen Sporthochschule Köln

Der Lockdown hat wesentlichen Einfluss auf die körperliche Bewegung der Menschen. Der klassische Spaziergang erfährt mangels anderer Möglichkeiten bei allen Altersklassen eine Renaissance. Wohl dem, der sich zu den immerhin fast einer Million Deutscher Haushalte zählt, die inzwischen einen eigenen Pool zuhause haben. Sie haben sich bereits 2010 in dem Wissenschaftsmagazin IMPULSE der Deutschen Sporthochschule Köln dem Thema Aqua-Cycling mit dem Aquarider® angenommen und die Wirkungen des Hometrainers im Wasser untersucht. Was ist das besondere beim vertikalen Training im Wasser?

WB: Die Kombination aus Muskelkontraktion und dem Immersionsdruck, der beim Training im Wasser auf die Beine wirkt. Dadurch kommt es nicht nur zu einem erhöhten Blutrückfluss zum Herzen. Dadurch werden Herz- und Gefäß mehr trainiert als beim Radeln an Land. Darüber hinaus kommt es zum verstärkten Lymphabfluss aus dem Gewebe, was Stoffwechselprodukte aus der Muskulatur transportiert und die Regeneration fördert.

Inzwischen sind einige neue Untersuchungen zum Thema Herz- Kreislauftraining im Wasser hinzugekommen. Welchen Benefit hat der Privatpoolbesitzer, wenn er auf kleinster Fläche im brusttiefen, warmen Wasser ein Fahrrad ergometrisches Training absolvieren kann?

WB: Er kann effektiv sein Herzkreislaufsystem trainieren und seine Fitness verbessern. Es kommt noch hinzu, dass das Training im Wasser als weniger anstrengend empfunden wird. Darüber hinaus werden auch die Gelenke geschont.

Gibt es eine bekannte Kontraindikation beim Training im Privatpool zuhause – welche Risikogruppe sollte sich Rat vom Hausarzt einholen?

WB: Menschen mit Herzleistungsminderung sollten vorsichtig sein, da das Herz eine erhöhte Vorlast und einen stärkeren Dehnungsreiz bekommt. Daher erst den Arzt fragen. Auch bei Hautveränderungen und offenen Wunden sollte das Wassertraining entweder vermieden werden oder zumindest der Arzt vorher gefragt werden.

Wie oft und wie lange sollte ein Training auf dem Aquarider® stattfinden, um Fitness und Gesundheit positiv zu beeinflussen?

WB: 3-4 mal pro Woche 30-60min. Es kommt da auch auf die Intensität an, bei höherer Intensität eher 30min bei moderater Intensität eher 60min. Das Training kann auch als Intervalltraining durchgeführt werden, bringt viel und macht sogar noch mehr Spass.

Haben Hydrostatik, Muskel- und Gelenkpumpe beim achsengerechten Pedalieren mit einer moderaten Trittfrequenz, sowie das abströmende Wasser an den Beinen einen Einfluss auf Lip- und Lymphödeme?

WB: Ja, die Kombination aus Muskelpumpe und erhöhtem Gewebedruck führt zu einem Abfluss von Gewebeflüssigkeit und kann Lymphödeme reduzieren.

Zählen Sie das Radfahren im Wasser mit seinen leicht erlernbaren Übungen, welche durch Training Videos des Herstellers unterstützt werden, als Alternative zum Schwimmen in den meist kleinen Pools?

WB: Ja, unbedingt. Auf kleinem Raum machbar und effektiv. Der nützliche Immersionsdruck ist noch höher als beim Schwimmen und sogar für Nichtschwimmer geeignet.

Herzlichen Dank für das Interview!

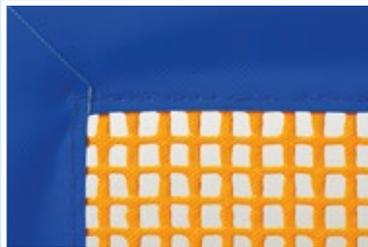


AquaJumper®

Das Sprungerlebnis im Wasser



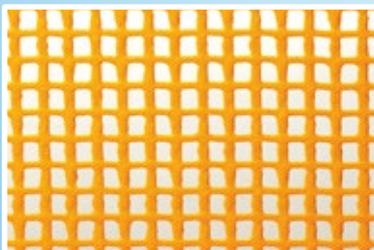
Abnehmbare Stellfüße, dadurch platzsparende Lagerung



Hochwertige Nähte zwischen Sprungtuch und Abdeckung



Verschleißarme Edelstahl-federung



Sprungtuch aus PVC beschichtetem Gittergewebe ermöglicht vertikale Bewegung des Wassers



Vertikale Bewegung des Wassers mit doppelter Massagewirkung



Sichere und stoßdämpfende Rahmenpolsterabdeckung

WIR BILDEN AUCH AUS:

- MAC – Medical AquaCycling®
- Aquarider® Workshop
- Aquarider® Trainer Basic
- AquaJumper® Workshop

MAC – Medical AquaCycling® ist besonders geeignet für Lip- und Lymph-Patienten sowie bei Arthrose und Rheuma. Aufgrund der einstellbaren Therapie-Kurbel auch für Knie- und Hüft-Patienten.

PRAXISBEZUG GARANTIERT

Alle AquaFitness Geräte, zu denen wir Workshops/ Schulungen anbieten, werden seit Jahren in unseren eigenen AquaKinetics® Kursen eingesetzt. Unsere Referenten sind selbst als Kursleiter mit viel Erfahrung im Gästemanagement tätig.

Aquarider® Trainer Ausbildung nach dem Lehrplan des Sportinstituts/IfSS der Universität Freiburg.

→ Inhouse Schulungen auf Anfrage möglich!

JETZT
INFORMIEREN



HÄNDLERANFRAGEN ERWÜNSCHT

Telefon 07663 9138-10
info@aqua-kinetics.de
www.aqua-kinetics.de

IMPRESSUM

AquaKinetics®
Bewegung im Wasser GmbH

AquaKinetics® GmbH – Bewegung im Wasser
Zeppelinstraße 19 · 79331 Teningen