



Compex® | *WINPLATE*

LA PRIMERA PLATAFORMA VIBRATORIA CONCEBIDA
PARA DEPORTISTAS, DISEÑADA COMO UN COMPEX

Compex®
muscle intelligence

www.compex-winplate.com

Compex | WINPLATE

ENTENDER MEJOR EL ENTRENAMIENTO POR VIBRACIÓN



¿POR QUÉ Y CÓMO FUNCIONA UNA PLATAFORMA VIBRATORIA?

Las plataformas vibratorias funcionan de acuerdo con el principio de vibrotonificación corporal. En la vibrotonificación corporal, las vibraciones mecánicas se transmiten al cuerpo mediante la plataforma vibratoria. Las vibraciones verticales controladas emitidas por la plataforma generan una respuesta muscular refleja que provoca un encadenamiento continuo de contracciones involuntarias.

¿POR QUÉ EL ENTRENAMIENTO POR VIBRACIÓN ES MÁS INTENSO QUE EL ENTRENAMIENTO TRADICIONAL?

- ❖ Nuestro cuerpo reacciona a la fuerza generada por la aceleración de la plataforma. Esta fuerza es muy superior a la obtenida con un entrenamiento tradicional, ya que el reclutamiento de fibras musculares se repite de 35 a 40 veces por segundo.
- ❖ Por otra parte, como la sesiones son más cortas que en un entrenamiento tradicional, el resultado es más rápido y el trabajo más intenso.
- ❖ Y por último, gracias al sistema de la Whole Body Vibration con el que cuenta COMPEX WINPLATE, trabajan hasta el 100% de las fibras musculares específicas frente al 40% que se consigue con un trabajo voluntario.

¿POR QUÉ COMPEX WINPLATE ESTÁ ESPECIALMENTE ADAPTADA A DEPORTISTAS?

El alto nivel de la tecnología y la precisión de COMPEX WINPLATE responde a las exigencias de los deportistas para mejorar su rendimiento. El dominio perfecto de la vibración se refleja en los tres planes disponibles, que permiten mejorar el trabajo teniendo en cuenta las expectativas y las necesidades propias de los deportistas.



- ❖ **DIRECCIÓN:** En este caso, sólo se transmiten las vibraciones verticales. Por reflejo mecánico, estas vibraciones desencadenan alternativamente la contracción y la relajación. Esta es la razón de que trabajen el 100% de las fibras musculares frente al 40% que se consigue con un entrenamiento tradicional. Así, el deportista tiene la garantía de que está entrenando de manera eficaz.
- ❖ **FRECUENCIA:** Es el número de vibraciones por segundo. Según la frecuencia elegida, se consiguen diferentes efectos. A 30 Hz, se acelera la circulación sanguínea. Esta frecuencia se usa en los protocolos de relajación muscular y masaje. De 35 a 40 Hz, se estimula la actividad muscular de manera óptima. Estas son las dos frecuencias utilizadas en los diferentes protocolos de entrenamiento de COMPEX WINPLATE. Con estas dos frecuencias, puedes estar seguro de que estás realizando un trabajo específico y adaptado a tus necesidades.
- ❖ **AMPLITUD:** Es la altura (expresada en milímetros) que recorre la plataforma en cada vibración. Cuanto más elevada es la amplitud, más intenso es el trabajo. A lo largo de las semanas, puedes ir avanzando por los niveles de dificultad.

Compex® WINPLATE

ACCESORIOS, OPCIONES Y CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

3 frecuencias de vibración: ..30 Hz - 35 Hz - 40 Hz
2 amplitudes:baja / alta
Duración del trabajo:de 15 a 180 seg.
Plan de entrenamiento integrado: sí

Carga máxima:150 kg
Dimensiones:1 m² de superficie, 1,51 m de altura
Peso:.....65 kg aproximadamente

COMPEX WINPLATE se entrega con 1 par de correas, 1 manual de utilización, 1 cable de alimentación, 1 alfombrilla y 1 póster con las posiciones de trabajo .
Opcional: mando a distancia. Facilita la ejecución de todas las posiciones.

GARANTÍA DE DOS AÑOS

Producto Distribuido por: C/. Robrenyo, 63-69, Local 3
08014 - BARCELONA
Telf.: 93.321.21.44
Fax: 93.321.21.44
Asistencia Permanente
666.439.719
byomedic@byomedicsystem.es
www.byomedicsystem.es



España Cefar-Compex / Hotline: 900 801280 (numero gratuito) / info@compex.es
International Cefar-Compex / Hotline: + 33 (0)4 50 10 24 73 / info.intl@compex.info

Compex®
muscle intelligence

www.compex-winplate.com