

## Kinesis™ – fri, lätt och naturlig träning

Kinesis är ett motståndsbaserat träningssystem, som är perfekt för funktionell träning, och har visat sig mycket populärt för rehabiliteringsträning och annan medicinsk träning. Den fristående enheten, Kinesis One, ger möjlighet till en oändlighet av övningar – på en liten yta.

Alla, oavsett bakgrund, kan träna med Kinesis, och Kinesis passar för alla typer av övningar: balans, styrka och smidighet.

– Med Kinesis kan användaren träna efter egen förmåga och skapa sina egna rörelser. Kinesis är anpassad till individen, istället för det omvända, säger Tony Majakas, projektledare för Kinesis på Technogym.



Kinesis, som betyder rörelse på grekiska, är ett personcentrerat, motståndsbaserat träningssystem som möjliggör funktionell träning, genom en oändlighet av tredimensionella och naturliga rörelser. Technogyms Kinesis är ett helt nytt sätt att träna genom att kombinera balans, styrka och flexibilitet i rörelseschemat, och ger ett jämnt motstånd genom hela rörelsen oavsett övning.

### Certifierad för rehab- och annan medicinsk träning

Kinesis har visat sig mycket populärt för rehabiliteringsträning och annan medicinsk träning. Kinesis-maskinerna är bland annat TÜV-certifierade och är erkända bland internationella organisationer. Kinesis erbjuder ett brett utbud av övningar och rutiner som är godkända av doktorer och sjukgymnaster.

### Kinesis One – allt i en enda enhet.

Kinesis introducerades i Sverige av Technogym 2006 och har blivit en populär träningsform. Kinesis finns nu även som en fristående enhet, Kinesis One, som inte behöver fästas i någon vägg.

Kinesis One ger utövaren friheten att utöva ett oändligt antal naturliga rörelser och övningar på en och samma maskin och på en mycket liten yta.

### Uppmärksamhet i design- och inredningsvärlden

Ingen annan tillverkare av träningsutrustning har fått ett så stort erkännande och uppmärksamhet i design- och inredningsvärlden som Technogym. Kinesis One är inget undantag med sin innovativa funktion och exklusiva design.

*Technogym är världsledande inom design och produktion av modern träningsutrustning och används av mer än 15 miljoner människor. Technogym har inrett över 50 000 träningsanläggningar, 30 000 hotell och över 20 000 vackra hem i mer än 60 länder. Technogym levererar även till ledande sjukgymnastmottagningar, sjukhus, idrottskliniker, rehabiliteringscenter, sport- och hälsocenter.*

### På plats under Sjukgymnastdagarna och Ett Bra Liv

*Kinesis kommer att visas under mässan Ett Bra Liv och Sjukgymnastdagarna på Stockholmsmässan i Älvsjö den 9-11 september. I Technogyms monter A08:31 får du möta representanter från vår verksamhet. Om du tänker besöka mässan, kontakta oss så kan vi arrangera en special demonstration för er!*

---

### Frågor?

Kontakta Technogym Sverige: Marknadskoordinator Sara Werselius [sara@svenskfitness.se](mailto:sara@svenskfitness.se), 08 441 87 51.

Bild får användas för fri publicering, mot angivande av byline **Foto: Technogym**