



Galileo® Training

HOME.
GET FIT. STAY FIT.

PREMIUM QUALITY
MADE IN GERMANY

Galileo® Trainingsgeräte.

- Ganzheitliches Muskeltraining.
- Für Entspannung, stabile Gesundheit und allgemeine Fitness.
- Spitzentechnologie und Qualität Made in Germany.

Rufen Sie uns kostenfrei an:
Tel.: 0800 70 70 070

E-Mail: info@vplatte.de

Web: www.vplatte.de / www.vhantel.de



GALILEO® GERÄTE

LISTE FÜR FUNKTIONEN & OPTIONEN

Beachten Sie bitte die Icons für entsprechende Funktionen, Optionen oder Geräte.



GALILEO® SILENT

Geräuscharmer Betrieb



GALILEO® FERNBEDIENUNG

Tasten für Start/Stop, Frequenz; Steuerung Wobbel-Modus



GALILEO® WOBBEL

Training mit sich zufällig ändernden Frequenzen



GALILEO® APP-STEUERUNG

Über Smartphone oder Tablet



GALILEO® SMART COACHING

Trainingskontrolle



GALILEO® FARBE

Farbvarianten auf Anfrage (Schwarz, Rubinrot, Signalblau etc.)



HANTELN: GALILEO® MANO 20/20 L GALILEO® MANO 30

Speziell für Arm/Schulter/Hand

Mehr Infos zu den Funktionen & Optionen:

Rufen Sie uns kostenfrei an: Tel.: 0800 70 70 070

E-Mail: info@vplatte.de

Web: www.vplatte.de / www.vhantel.de



= integriert



integriert

optional



= optional

INHALT

ENTSTEHUNG UND WIRKEN VON GALILEO®	2
AUF EINEN BLICK – DIE VORTEILE VON GALILEO®	2
ENTSCHEIDUNG FÜR DIE GESUNDHEIT	4
MUSKEL – KNOCHEN – GALILEO®	6
AUSWIRKUNGEN AUF DEN MENSCHLICHEN KÖRPER	8
VIELFÄLTIGE EINSATZMÖGLICHKEITEN	10
Galileo® Training zu Hause	14
Für wen eignet sich Galileo®?	16
Wie trainiere ich mit Galileo® zu Hause?	18
GERÄTEEMPFEHLUNG IM ÜBERBLICK	20
Galileo® Kiddy	22
Galileo® S 25	24
Galileo® S 35	26
Galileo® S 40 Plus	28
Galileo® Fit	30
Galileo® Fit Extreme	32
Galileo® Chair	34
Galileo® Mano 30 Hantel	36
Galileo® Mano 20/20 L Hantel	36
Galileo® App	38
Galileo® App-Steuerung	40
Galileo® Wobbel-Funktion	42
Galileo® Smart Coaching-Funktion	43
PRODUKTÜBERSICHT	44
EINE ERFOLGSGESCHICHTE IN DER RAUMFAHRT	46
MIT GALILEO® TRAINING GESUND UND FIT	47

NOVOTEC MEDICAL GMBH

ENTSTEHUNG UND WIRKEN VON GALILEO®

ENTSTEHUNG UND GRUNDLAGEN.

Das 2001 gegründete Unternehmen Novotec Medical GmbH mit Sitz in Pforzheim ist TÜV-zertifizierter Hersteller der Galileo Trainings- und Therapiegeräte und der Leonardo Bewegungsanalysegeräte (Mechanographie).

Die Grundlagen für die Entwicklung von Galileo stammen aus den Forschungsergebnissen der Firmenschwester Stratec Medizintechnik GmbH, die aus der 1979 gegründeten Stratec Elektronik GmbH hervorging und Systeme zur peripheren quantitativen Computertomographie (pQCT) für die Analyse von Muskel und Knochen entwickelt, produziert und vertreibt.

WELTWEITER VERTRIEB.

Die Novotec Medical GmbH vertreibt ihre Galileo Produkte weltweit in über 25 Länder direkt und über ihre Distributoren. Auf der website www.galileo-training.com finden Sie unter Kontakt Ihren ersten Ansprechpartner.

PRODUKTIONSSTANDORT DEUTSCHLAND.

Die Novotec Medical GmbH steht für soziale und wirtschaftliche Verantwortung. Die Entwicklung und Produktion aller Geräte werden in Deutschland realisiert. Dabei erfolgen die Montage und Endprüfung in Pforzheim.

AUF EINEN BLICK – WARUM GALILEO®?

- Spitzentechnologie und Qualität Made in Germany
- Seit 1996 auf dem Markt, seit 2004 mit Medizinprodukten
- Galileo – Mit mehr als 450 Publikationen umfassend dokumentiertes und wissenschaftlich fundiertes System*
- 10 Jahre Servicegarantie
- Spezielle Geräteserien angepasst auf unterschiedliche Anwendungsbereiche – z.B. Training, Therapie, Prävention, Privat**

*) Literaturliste siehe Seite 47

**) Für weitere Informationen zur Anwendung von Galileo im professionellen therapeutischen und medizinischen Umfeld fordern Sie bitte unsere Broschüre für Galileo Therapiegeräte mit Medizingerätezulassung an.



Novotec Medical GmbH
Durlacher Str. 35
75172 Pforzheim



GALILEO®

WELTWEIT



PREMIUM QUALITY



MADE IN GERMANY

GALILEO® GERÄTE

EINE ENTSCHEIDUNG FÜR DIE GESUNDHEIT

BAUSTEINE IN EINEM GANZHEITLICHEN ANALYSE- UND TRAININGSKONZEPT.

Das Portfolio aus bildgebenden Verfahren (pQCT Knochendichte & -geometrie), Bewegungsanalyse (Leonardo Mechanographie) und Galileo Therapie fügt sich zu einem ganzheitlichen Konzept rund um das Thema Muskel und Knochen zusammen und reicht von der Diagnose bis zur Therapie.

SPITZENTECHNOLOGIE MIT LEIDENSCHAFT.

Der Firmenverbund Novotec Medical GmbH und Stratec Medizintechnik GmbH bietet Lösungen im Bereich neuromuskuläres Training, Vibrationstherapie und Diagnostik. Die Technologie wird sowohl in der Prä-Klinik als auch im klinischen Bereich sowie in Sport und Fitness eingesetzt. Als unabhängiges Familienunternehmen denkt und handelt die Novotec Medical GmbH langfristig. Gestaltungswille, ein hoch qualifiziertes Team und hoher persönlicher Einsatz ermöglicht der Novotec Medical GmbH kontinuierliche Innovationskraft.

INTERNATIONALE ZUSAMMENARBEIT IN FORSCHUNGSPROJEKTEN.

Seit über 25 Jahren besteht im Firmenverbund eine enge Zusammenarbeit mit internationalen Forschungseinrichtungen in Medizin und Sport. Die daraus gewonnenen Erkenntnisse fließen kontinuierlich in die Produktentwicklung ein.

Novotec Medical war Projektpartner der ESA (European Space Agency) in mehreren Projekten, z.B. zur Evaluierung wirksamer Trainingsmethoden zur Verhinderung von Muskel- und Knochenabbau bei Weltraummissionen, und arbeitet weltweit mit weiteren renommierten Forschungseinrichtungen wie der Charité Berlin, der Uniklinik Köln und weiteren Universitäten (z.B. ETH Zürich) zusammen. Neben dem wissenschaftlich hohen Anspruch steht die ständige Erweiterung der Indikationsliste für das Galileo seitenalternierende Vibrationstraining im Zentrum.

WAS BIETET GALILEO®?

- Spitzentechnologie und Qualität Made in Germany
- Seit 1996 auf dem Markt, seit 2004 mit Medizinprodukten
- Ganzheitliches, funktionelles neuromuskuläres Training
- Geeignet für Jung und Alt
- Hohe Anwenderakzeptanz durch schnellen Trainingserfolg
- Vielfältige Anwendungsmöglichkeiten
- Zeitersparnis durch kurze Trainingseinheiten
- Geringe Unterhaltskosten
- Stufenlos wählbare Trainingsintensität
- Gewichtsunabhängige, geführte, harmonische Bewegung und Krafteinleitung



Galileo® Fit Basis



XCT 3000



Leonardo GRFP mit Stuhl

PREMIUM QUALITY

MADE IN GERMANY



NACHHALTIGKEIT

Im Sinne einer positiven Ökobilanz



HOHE ZUVERLÄSSIGKEIT

- Spezielle Kabelsätze
- Mit schraubverriegelten, hochwertigen Steckverbindern



HOCHWERTIGER DREHSTROMMOTOR

- Wartungsfrei
- Hoher Wirkungsgrad
- Niedriger Energieverbrauch
- Kompakte Bauform



GEPRÜFTE SICHERHEIT

TÜV und CE-zertifiziert, bei Med-Geräten nach IEC 60601



BEDIENFREUNDLICHKEIT

- Einfache Bedienung
- Große Tasten
- Grafisches Display



HOHE PERFORMANCE DURCH HIGHTECH-MECHANIK

- Bei vergleichbar geringem Gerätegewicht
- Geringe Gehäusehöhe/niedrige Tritthöhe (Geringe Sturzgefahr)
- Stabiler Gerätestand auch bei hohen Frequenzen



STABILITÄT UND LANGLEBIGKEIT

Stabile Rahmenkonstruktion aus Metall, Edelstahl-Schrauben, wartungsfreie Kugellager



10 JAHRE ERSATZTEIL-GARANTIE

- Eigenentwickelte Elektronik
- Ausrichtung dabei auf Stabilität und dauerhaften Betrieb



Mehr Infos zu diesen Vorteilen:

Rufen Sie uns kostenfrei an. Tel.: 0800 70 70 070

E-Mail: info@vplatte.de

Web: www.vplatte.de / www.vhantel.de

GALILEO®

GESUNDE MUSKELN UND KNOCHEN MIT GALILEO®

Jeder möchte gesund alt werden. Doch wie stellt man das an? Nicht nur die Muskel- und Knochenmasse wird durch regelmäßige körperliche Aktivität erhalten, auch die allgemeine Gesundheit und das Wohlbefinden. In kurzer Zeit effektive Reize an den richtigen Stellen zu setzen – Galileo erfüllt diese Anforderungen.

Nach mehr als 20 Jahren Erfahrung in der Anwendung hat sich Galileo Training auch im Homebereich als hervorragende Ergänzung zu herkömmlichen Trainingsmethoden zum Erhalt und zur Stärkung der Gesundheitsressourcen und -potenziale etabliert. Galileo kann eine effektive Kombination aus Gesundheit, Fitness und Wellness bieten. In einem Schritt können Leistung, Kraft, Dehnfähigkeit, Schnelligkeit und Koordination trainiert werden. Galileo ist umfangreich wissenschaftlich untersucht*.

WAS PASSIERT BEIM TRAINING MIT GALILEO®?

Das Prinzip von Galileo beruht auf dem natürlichen Bewegungsablauf des Menschen beim Gehen. Das Galileo System arbeitet aufgrund seiner **↕ seitenalternierenden Bewegungsform wie eine Wippe** mit durch die Fußposition veränderbarer Amplitude sowie einstellbarer Frequenz, wodurch ein Bewegungsmuster ähnlich dem menschlichen Gang simuliert wird. Die schnelle Wipp-Bewegung der Trainingsplattform stimuliert eine Kipp-Bewegung des Beckens wie beim Gehen, jedoch viel häufiger. Zum Ausgleich kann der Körper mit rhythmischen Muskelkontraktionen im Wechsel zwischen linker und rechter Körperhälfte reagieren. Diese Muskelkontraktionen erfolgen ab einer Frequenz von

ca. 10 Hertz nicht willentlich, sondern reflexgesteuert über den Dehnreflex. Im Vergleich zu willentlich gesteuerten Bewegungen können diese Reflexe besser koordiniert werden und subjektiv mit geringerer Anstrengung verbunden sein. Durch das Galileo Training kann die Muskulatur von den Beinen bis hinauf in den Rumpf aktiviert, die Durchblutung vor allem in den Beinen erheblich gesteigert und der Stoffwechsel angeregt werden.

AMPLITUDE UND FREQUENZ.

Die **Amplitude**, also die Auslenkung der Trainingsplattform aus der Mittellage nach oben und nach unten in Millimeter, kann über die Fußposition gewählt werden. Je weiter die Fußposition, desto anspruchsvoller wird das Training auf Galileo. Durch Körperhaltung und Körpersteifigkeit können die Vibrationen gezielt in verschiedene Körperregionen geleitet werden.

Die **Frequenz** in Hertz (Schwingungen pro Sekunde) wird am Gerät eingestellt und immer entsprechend dem Trainingsziel gewählt. So werden niedrige Frequenzen zur Beweglichkeit, mittlere zum Training der Muskelfunktion und hohe Frequenzen zur Steigerung der Muskelleistung eingesetzt.



↕ Seitenalternierende Bewegungsform

Durch das Galileo Training kann die Muskulatur von den Beinen bis hinauf in den Rumpf aktiviert werden.



Ebenso kann eine gezielte Aktivierung der Muskulatur im Schulter- und Nackenbereich erfolgen.



Wahl der Trainingsfrequenz in Abhängigkeit vom Trainingsziel.

** Für Anwendungen im Leistungssport bis zu 40 Hz.

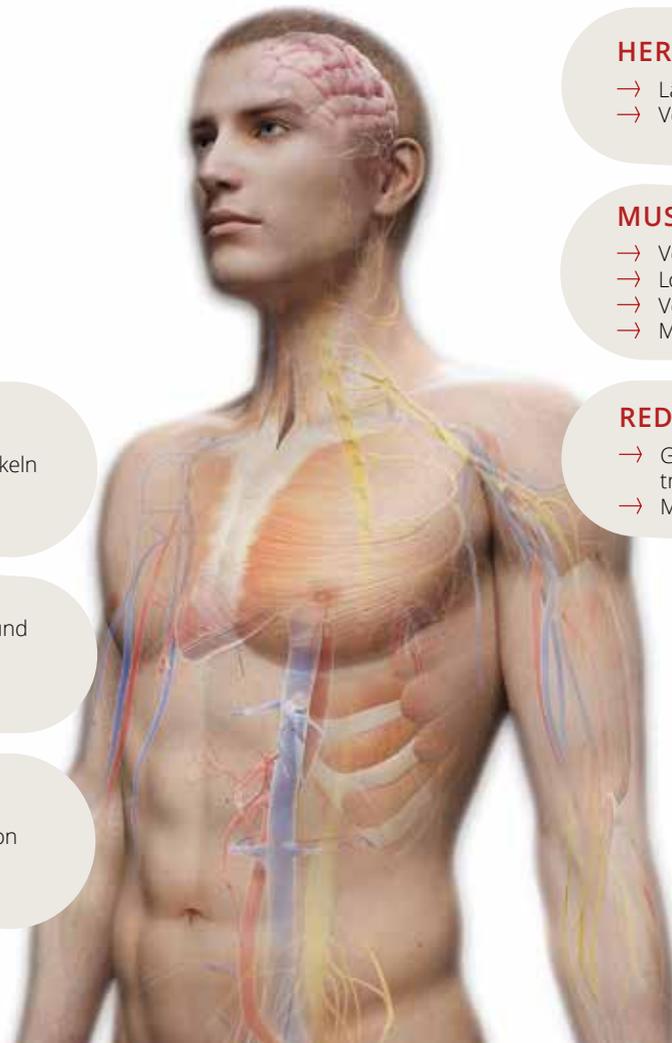
*) Literaturliste siehe Seite 47

GESUNDHEIT VERBESSERN MIT GALILEO®

AUF EINEN BLICK – WARUM GALILEO®?

- Durch wissenschaftliche Studien belegt*
- Besonders schonend für das Herz-Kreislauf-System und Gelenke
- Durchblutungsfördernd
- Stoffwechselanregend

*) Literaturliste siehe Seite 47



KNOCHEN

- Positive Wirkung gestärkter Muskeln auf Knochen

MUSKELLEISTUNG

- Steigerung von Muskelleistung und Muskelkraft
- Beckenbodentraining
- Bodyforming

NERVENSYSTEM

- Verbesserung der Kommunikation und Koordination

HERZ-KREISLAUF-SYSTEM

- Längere Gehstrecke
- Verbesserung der Ausdauerleistung

MUSKELFUNKTION

- Verbesserung der Muskelfunktion
- Lockerung + Stärkung der Rückenmuskulatur
- Verbesserung Dehnfähigkeit/Flexibilität
- Muskellockerung

REDUKTION STURZRISIKO

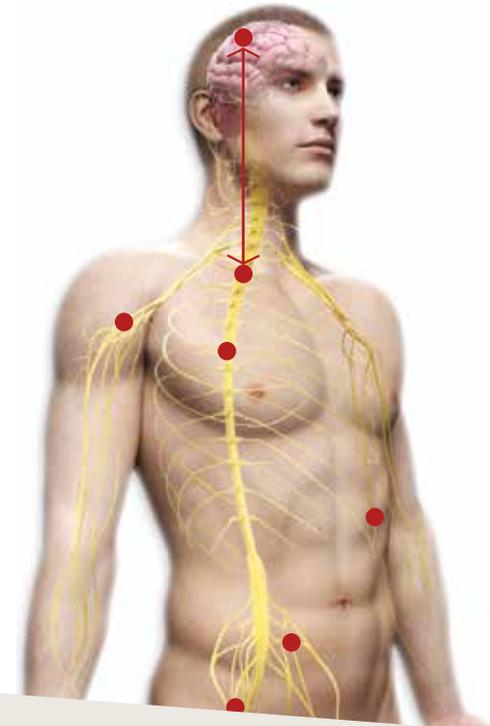
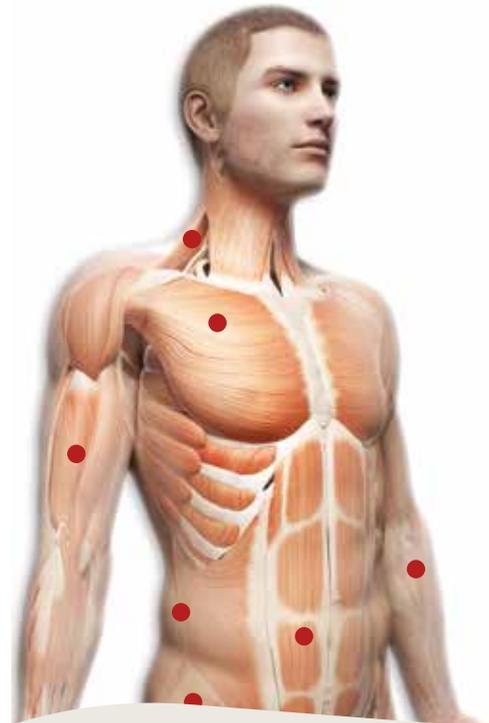
- Gleichgewichts- und Koordinations-training
- Muskelleistung und Ausdauer

! Vor Aufstellung eines Trainingsplans
• muss eine gute Kenntnis über den aktuellen körperlichen Zustand und eventuelle Risiken vorhanden sein! Gegenanzeigen müssen vor der ersten Anwendung von Galileo ausgeschlossen werden.

! Eine ausführliche Auflistung an Gegenanzeigen finden Sie auf Seite 21 unserer Broschüre.

GALILEO® GERÄTE

AUSWIRKUNGEN VON GALILEO® AUF DEN MENSCHLICHEN KÖRPER

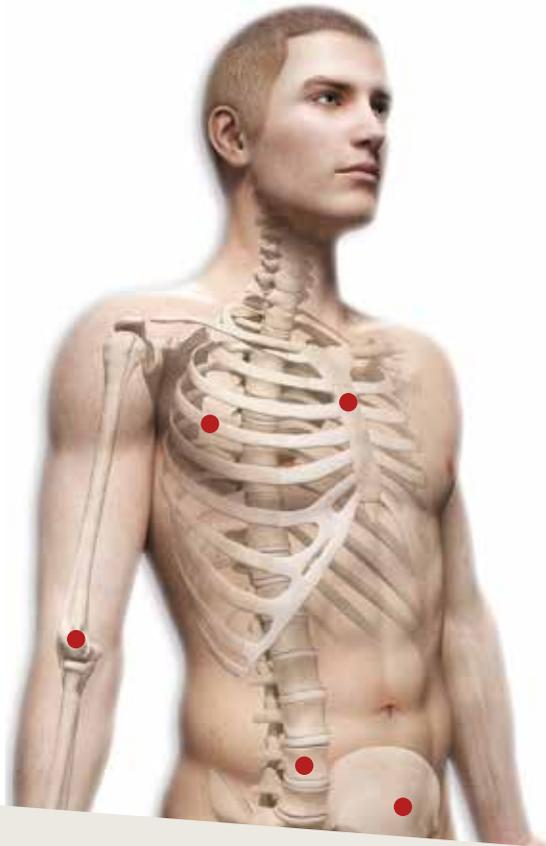


MUSKELLEISTUNG UND MUSKELKRAFT

- Aktivierung der Muskulatur durch automatischen, nicht willentlichen, Dehnreflex
(beteiligte Muskeln abhängig von Körperhaltung und Übung)

NERVENSYSTEM

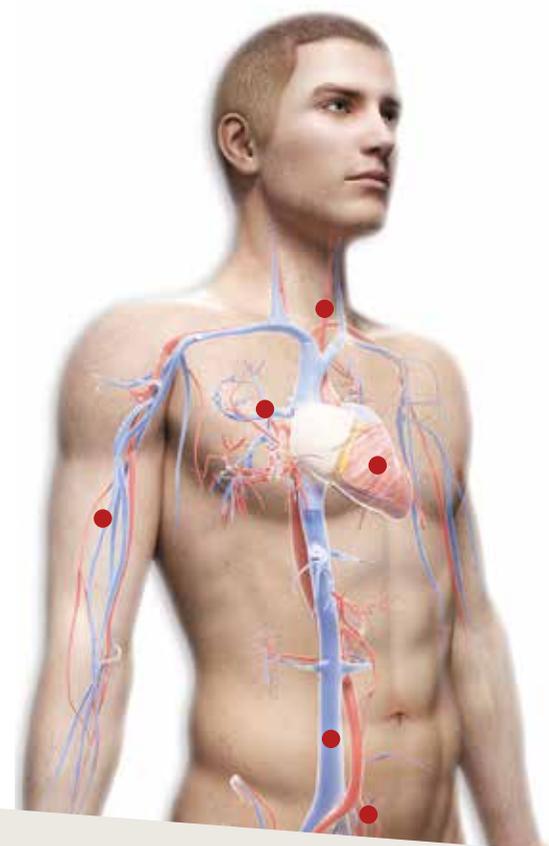
- Erhöhung der Durchblutung durch Muskelstimulation, dadurch Verbesserung der Versorgung
- Auslösung elektrischer Nervenimpulse
- Stimulation von neuronaler Kommunikation und Begünstigung der Regeneration



MUSKELN UND KNOCHEN

→ Durch ausgelöste Muskelkontraktionen positive Auswirkung auch auf die Knochen

(Muskeln und Knochen kommunizieren miteinander und beeinflussen sich gegenseitig in ihrer Entwicklung, z.B. Auf- und Abbau)



STOFFWECHSEL UND DURCHBLUTUNG

→ Durch Muskelkontraktionen Förderung der Durchblutung und damit Erhöhung des Stoffwechsels

→ Durch verstärkte Durchblutung kann die Versorgung der Zellen verbessert werden

GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN MIT GALILEO® TRAINING

Der Mensch braucht Bewegung, um gesund und leistungsfähig zu bleiben. Darüber hinaus ist Galileo Training besonders schonend für die Gelenke und das Herz-Kreislauf-System und ermöglicht den Einsatz bis ins hohe Alter.

RÜCKENLOCKERUNG UND RÜCKENTRAINING.

Je nach Höhe der eingestellten Trainingsfrequenz wird die Rückenmuskulatur gelockert oder gekräftigt. Dehnfähigkeit und Flexibilität können verbessert und die Rückenmuskulatur effektiv gelockert werden.

REDUKTION STURZRISIKO MIT GALILEO®.

Galileo kann helfen, die Muskulatur zu kräftigen und dadurch dem physiologischen Knochenabbau vorbeugen, der durch zu wenig Bewegung verursacht wird. Da die Wipp-Funktion von Galileo dem menschlichen Gang nachempfunden ist, eignet sich Galileo Training darüber hinaus sehr gut für die Verbesserung des Gangbildes sowie des Gleichgewichts.

BECKENBODENTRAINING MIT GALILEO®.

Galileo Training kann die Beckenbodenmuskulatur in ihrer Funktion und Leistungsfähigkeit stärken. Es verbessert nachweislich die Symptome der meist altersbedingten erschlafften Muskulatur.*

FÖRDERUNG DER DURCHBLUTUNG MIT GALILEO®.

Die durch Training mit Galileo hervorgerufenen Muskelkontraktionen fördern die lokale Durchblutung und den Lymphabfluss – ein spezielles Bewegungsprogramm mit geringer Belastung für die Füße.

STEIGERUNG KÖRPERLICHER BELASTBARKEIT MIT GALILEO®.

Ein gezieltes körperliches Training mit Galileo kann Muskulatur erhalten oder aufbauen und gleichzeitig die Ausdauerkapazität und damit die körperliche Belastbarkeit steigern.

HERZ-/ KREISLAUF – KÖRPERLICHE AKTIVITÄT OHNE GROSSE BELASTUNG.

Moderate körperliche Aktivität zwei bis dreimal pro Woche kann helfen die Herz-Kreislauf-Funktion zu erhalten. Galileo Training kann mit geeigneten Übungen ein effektives, einfach zu Hause durchführbares und dabei Herz- und Kreislauf-schonendes leichtes Trainingsprogramm bieten.

GALILEO® ZUR REGENERATIONSUNTERSTÜTZUNG.

Galileo kann innerhalb kurzer Zeit Stoffwechsel und Durchblutung anregen, wodurch Gewebe und Muskulatur besser mit Nährstoffen versorgt werden und der Stoffwechsel erhöht werden kann. Um- und Aufbauprozesse sowie Reparaturen in der Muskulatur können beschleunigt werden. Durch Einsatz niedriger Frequenzen kann die Muskulatur gelockert und entspannt werden. Galileo ergänzt damit hervorragend klassische Regenerationstechniken wie Massage und Sauna.

Sie wollen mehr Infos zur Galileo-Anwendung?

**Rufen Sie uns kostenfrei an:
Tel.: 0800 70 70 070**

E-Mail: info@vplatte.de

Web: www.vplatte.de / www.vhantel.de

*) Literaturliste siehe Seite 47 [13], [14]

STABILE GESUNDHEIT MIT GALILEO® TRAINING

- Lockerung und Stärkung der Rückenmuskulatur
- Reduktion Sturzrisiko
- Stärkung der Beckenbodenmuskulatur
- Förderung der Durchblutung
- Steigerung körperlicher Belastbarkeit
- Körperliche Aktivität ohne große Belastung

**GANZHEITLICHES FUNKTIONELLES
MUSKELTRAINING.**

**SCHNELLER TRAININGSERFOLG BEI
KURZEN ANWENDUNGSZEITEN.**

**VIELFÄLTIGE ANWENDUNGS-
MÖGLICHKEITEN.**

Die seitenalternierende Bewegungsform der Galileo Standsysteme birgt verschiedene Vorteile gegenüber Vibrationssystemen mit vertikaler Auf- und Abbewegung. So wird die Rückenmuskulatur effektiv mittrainiert wie beim Gehen, Laufen oder Rennen. Dies ermöglicht ein Training ohne nennenswerte Vibration des Kopfes. Durch die mechanisch geführte Bewegung der Trainingsplattform werden sinusförmige, harmonische Bewegungen und Kräfte auf den Körper übertragen. Diese Bewegungsform ermöglicht effektives Training gerade auch bei größeren Amplituden. Die geräteabhängigen Trainingsbedingungen wie Amplitude und Frequenz sind jederzeit reproduzierbar und unabhängig von Körpergewicht oder Steifigkeit des Anwenders.



FITNESS VERBESSERN MIT GALILEO® TRAINING

Gesundheitsbewusste Menschen sind immer auf der Suche nach effizienten und sicheren Methoden, um ihre Fitness zu verbessern und damit ihre Gesundheit zu erhalten. Der Muskelaufbau und die Muskelstärkung mit Galileo Training schaffen gute Voraussetzungen für gesunde Gelenke und Knochen. Weiterhin ermöglicht Galileo eine schnelle Erholung nach starker Beanspruchung des Bewegungsapparates und einseitigen Belastungen.

KRAFT- UND LEISTUNGSSTEIGERUNG MIT GALILEO®.

Galileo kann Muskelkraft und -leistung steigern sowie die Qualität der Bewegung verbessern. Im Vergleich zu den meisten konventionellen Kraft- und Leistungstrainingmethoden kann Galileo Training jedoch mit viel geringeren Zusatzlasten durchgeführt werden. Dementsprechend sind die durch Galileo in den Körper eingeleiteten Kräfte im Vergleich zu alltäglichen Bewegungen wie Gehen, Treppensteigen oder Springen deutlich geringer. Die hohe Wiederholungsrate in extrem kurzer Zeit kann zur Verbesserung der inter- und intramuskulären Koordination führen. Trainingseffekte können verstärkt, Bewegungsmuster ausgeprägt, verfeinert und stabilisiert, Bewegungen dadurch schneller und präziser werden.

SCHNELLER WIEDEREINSTIEG NACH PAUSEN.

Galileo wird erfolgreich zum Wiederaufbau der Muskulatur nach längeren Pausen z.B. im Sport eingesetzt. Insbesondere bei Training im häuslichen Bereich z.B. nach Rehabilitationsmaßnahmen zeigt Galileo Training seine Stärken, da es eine einfache, gezielte und sehr effektive Anwendung ermöglicht.

BODYFORMING MIT GALILEO®.

Durch die Kräftigung der Muskulatur unterstützt dauerhaftes Ganzkörpertraining auf Galileo das so genannte Bodyforming. Auch hier greift der Vorteil der kurzen Trainingseinheiten von lediglich 10 Minuten, zwei- bis dreimal pro Woche.

WELLNESS ERLEBEN MIT GALILEO® TRAINING

Galileo kann durchblutungsfördernd, stoffwechselanregend sowie kräftigend wirken und kann damit sehr gute Voraussetzungen für ein rundherum gutes Körpergefühl schaffen.

ENTSPANNUNG MIT GALILEO®.

Durch entsprechende Wahl der Trainingsfrequenz kann die Muskulatur gelockert oder gekräftigt werden. Dehnfähigkeit, Flexibilität und Körperhaltung können verbessert werden. Nach einem anstrengenden Tag können die Muskeln durch das Training angenehm entspannt werden.

Sie wollen mehr Infos zur Galileo-Anwendung?

Rufen Sie uns kostenfrei an. Tel.: 0800 70 70 070

E-Mail: info@vplatte.de

Web: www.vplatte.de / www.vhantel.de



FITNESS UND WELLNESS MIT GALILEO® TRAINING

- Kraft- und Leistungssteigerung
- Stressabbau durch Entspannung
- Bodyforming



GALILEO®

TRAINING ZU HAUSE

Ausreichende Bewegung unterstützt die Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden. Doch oft bleibt wenig Zeit oder Energie für aktive Phasen zwischendurch. Und wer hat schon genügend Platz für ein kleines Fitnessstudio in den eigenen vier Wänden? Die kompakten Modelle aus der Galileo Standgeräte-Serie bieten Ihnen eine zeit- und platzsparende Möglichkeit für ganzheitliches, funktionelles Muskeltraining direkt bei Ihnen zu Hause.

STÄRKEN SIE IHRE MUSKELN MIT GALILEO®.

Muskeln machen ca. ein Drittel des Körpergewichts eines Erwachsenen aus, halten den Körper am Laufen und geben ihm zusammen mit Skelett und Bändern den nötigen Halt. Im Laufe des Lebens verändern sich alle Bereiche des Bewegungsapparates. Dabei sind Knochen, Gelenke, Muskeln und Bindegewebe betroffen. Im Alter verlieren die Muskeln meist an Masse, diese wird in der Regel durch Fettgewebe ersetzt, die Muskelkraft nimmt ab. Dieser alters- und belastungsbedingten Erscheinung kann man mit Galileo Training entgegenwirken und ihr Ausmaß einschränken.

SCHNELLER TRAININGSERFOLG BEI KURZEN TRAININGSZEITEN.

Mit Galileo können Sie Leistung, Kraft, Dehnfähigkeit, Schnelligkeit und Gleichgewicht in einem Schritt trainie-

ren. Bereits zwei bis drei Trainingseinheiten pro Woche können ausreichen, um positive Effekte auf Ihre Muskulatur und längerfristig auch auf Ihre Knochen zu erzielen. Der schnelle Trainingserfolg bei kurzer Anwendungsdauer ist eine hervorragende Motivation für eine regelmäßige Anwendung von Galileo.

SPÜREN SIE DEN TRAININGSEFFEKT.

Galileo Training kann durchblutungsfördernd und stoffwechsellanregend wirken und ist dabei aber besonders schonend für die Gelenke sowie das Herz-Kreislauf-System. Selbst nach intensivem Training auf Galileo fühlen sich viele Anwender wohl, gehen wie auf Wolken, sind erfrischt und voller Energie.

TRAINIEREN SIE OHNE GROSSEN LEISTUNGSDRUCK.

Die Geräte der Galileo Serie ermöglichen Ihnen ein unbeobachtetes Training in den eigenen vier Wänden ohne Leistungsdruck.

ENTSPANNEN SIE MIT GALILEO®.

Mit Galileo können Sie effektiv die Rückenmuskulatur lockern oder stärken oder Ihre Muskeln nach einem anstrengenden Tag angenehm lockern und entspannen.



ZIELE DES TRAININGS MIT GALILEO®

- Langfristiger Erhalt, Verbesserung und Steigerung des Wohlbefindens durch effektives Ganzkörpertraining
- Kräftigung der Muskulatur
- Praxisgerechtes Training zur Gesunderhaltung des Bewegungsapparates
- Gezielte und schnelle Entspannung der Rücken sowie Schulter- und Nackenmuskulatur
- Stressabbau durch Entspannung

Das Erlernen von Galileo Training ist sehr einfach. Unter Beachtung weniger Grundregeln können Sie schnell zu Ihrem eigenen Trainer werden. Für Ihre erfolgreiche Trainingsplanung finden Sie in unserem Trainingshandbuch viele Grundübungen mit Bildreihen, Parameter-Empfehlungen sowie weitergehende Übungsempfehlungen. Die meisten positiven Trainingseffekte zeigen sich schon nach wenigen Minuten und helfen Ihnen so geeignete Übungen zu finden.

Hier Text eingeben

Sie wollen mehr Infos zu den Vorteilen von Galileo?

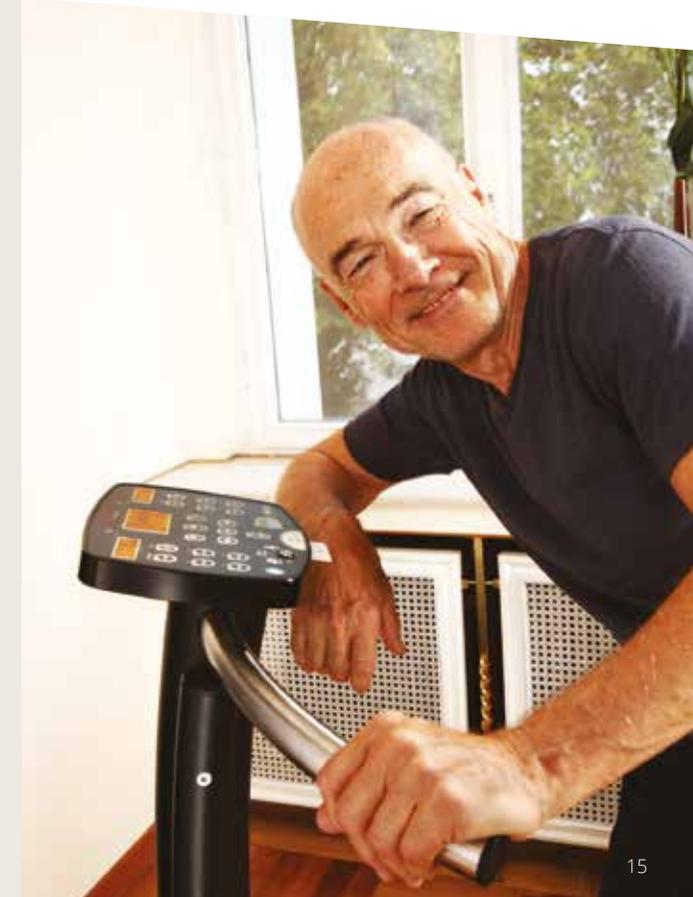
Rufen Sie uns kostenfrei an: Tel.: 0800 70 70 070

E-Mail: info@vplatte.de

Web: www.vplatte.de / www.vhantel.de

OHNE MUSKELN KEINE BEWEGUNG.

FLEXIBEL UND MOBIL VON JUNG BIS ALT.



GALILEO®

FÜR WEN EIGNET SICH DAS TRAINING?

FÜR ANWENDER FAST ALLER BEVÖLKERUNGSGRUPPEN.

Alle Menschen – egal ob Senioren, Mütter und Väter, Berufstätige, Menschen mit Handicap – sind speziellen Belastungsfaktoren ausgesetzt. Sie sitzen lange vor dem Computer, fahren viel Auto, kümmern sich um den Familienalltag, heben Lasten oder kämpfen mit altersbedingtem Funktionsabbau.

FÜR ANWENDER BIS INS HOHE ALTER.

Galileo Training eignet sich für fast jede Altersgruppe und Anwendertyp bis ins hohe Alter. Es richtet sich vor allem an diejenigen Menschen, die aufgrund mangelnder Bewegung bereits Muskulatur bzw. Muskelfunktion abgebaut haben oder zumindest ein erhöhtes Risiko dafür aufgrund von Bewegungsmangel oder z.B. Übergewicht zeigen.

FIT UND FLEXIBEL AB 50plus. AKTIVES ALTERN MIT GALILEO®.

Die durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland liegt bei Männern bei ca. 79 und bei Frauen bei ca. 84 Jahren. Bedingt durch den demografischen Wandel wird es immer wichtiger ein gesundes und selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter zu führen. Entscheidende Säulen dazu sind Gesundheit, Ernährung, ein aktives Leben und geistige sowie körperliche Fitness, wobei letztere

eng zusammenhängen. Je länger Sie in Ihrem Leben beweglich und aktiv bleiben, umso länger können Sie gesund bleiben und sich wohlfühlen. Galileo hilft Ihnen, Ihre Muskulatur zu erhalten oder zu kräftigen und kann dadurch dem Knochenabbau vorbeugen, der durch zu wenig Bewegung verursacht wird.

BERUF UND FITNESS IM EINKLANG.

Galileo lässt sich einfach in den Arbeitsalltag integrieren. Durch ein individuelles Programm können in nur 5 bis 10 Minuten zwei- bis dreimal pro Woche die Rücken- und Beinmuskulatur gelockert und gekräftigt und der Körper entspannt werden.

TRAINING FÜR DIE GANZE FAMILIE.

Mit Galileo können Sie Ihr Training mit unzähligen Übungsvarianten abwechslungsreich gestalten, so dass Langeweile kaum ein Thema wird. Lassen Sie kurzweilige und anstrengende Trainingsintervalle einfließen. Somit können Sie Galileo Training als sportliches und sinnvolles Event für die ganze Familie gestalten.

STOFFWECHSEL UND DURCHBLUTUNG.

Ohne große Anstrengung kann durch Galileo Training der Stoffwechsel angeregt und die Durchblutung gefördert werden, wodurch Stoffwechselprodukte schneller abtransportiert und abgebaut werden können.



ZIELGRUPPEN DES TRAININGS MIT GALILEO®

Bevölkerungsgruppe	Mögliche besondere Belastungsfaktoren	Mögliche Trainingsziele
Für fast alle Alters- und Anwendergruppen	Starre und einseitige Körperhaltung Zu wenig Bewegung	Lockerung von Rücken, Schulter und Nacken
Menschen ab 50plus	Alterstypischer Muskelabbau Weniger Bewegung Erschlaffung der Beckenboden-Muskulatur	Lockerung von Rücken, Schulter und Nacken; Durchblutungsförderung, Beckenbodentraining; Muskelerhalt oder Muskelaufbau
Familien	Multiple physische und psychische Belastung durch Job, Haushalt und Schule	Lockerung von Rücken, Schulter und Nacken; Beweglichkeit; Fitness
Berufstätige	Lange Computerarbeit Langes Stehen/Sitzen Schweres Heben Gebückte Haltung Über-Kopf-Arbeiten	Lockerung von Rücken, Schulter und Nacken; Kräftigung; Flexibilität Finger-, Arm- und Handgelenke

Für weitere Informationen zur Anwendung von Galileo im professionellen therapeutischen und medizinischen Umfeld fordern Sie unsere Broschüre für Galileo Therapiegeräte mit Medizingerätezulassung an.

**EFFIZIENTES TRAINING FÜR JUNG BIS ALT.
AKTIV ALTERN MIT GALILEO®.**

**KURZE TRAININGSZEITEN –
GROSSE ERFOLGE.**



GALILEO®

WIE TRAINIERE ICH MIT GALILEO® ZU HAUSE?

ERSTE BENUTZUNG.

Unser Bedienerhandbuch führt Sie einfach und sicher bei der Aufstellung und Inbetriebnahme des Galileo Gerätes. In kurzer Zeit sind Sie in der Lage auf Galileo selbstständig zu trainieren.

EINFACHE ANWENDUNG.

Auf Galileo kann in der normalen Bekleidung trainiert werden, ohne dabei ins Schwitzen zu kommen. Ein einfaches Übungsprogramm mit wenigen Dehn- und Grundübungen ist meist ausreichend. In unserem Trainingshandbuch finden Sie viele Empfehlungen.

GERINGER PLATZBEDARF.

Galileo erfordert wenig Grundfläche und kann in fast jedem Wohnraum aufgestellt werden. Der Besuch eines externen Fitnessstudios ist damit nicht unbedingt erforderlich und das Training selbst ist somit unabhängig von fixen Trainingsterminen.

NIEDRIGER INVESTITIONSAUFWAND.

Galileo kann mit einem kalkulierbaren Investitionsaufwand effizient zur Gesundheitsförderung beitragen. Ihr Engagement zahlt sich somit aus: Neben der Steigerung des Wohlbefindens können Sie Ihre Fitness verbessern und fördern Ihre Gesundheit.



NUTZEN FÜR SIE MIT GALILEO®

- Erhalt, Verbesserung und Steigerung des Wohlbefindens
- Effektive Gesundheitsförderung
- Geringer Zeitfaktor bei nachhaltigem Trainingserfolg
- Begrenzter Platzbedarf
- Geringer Investitionsaufwand für vielfältige Anwendungsziele

WIR UNTERSTÜTZEN SIE!

- Benutzerspezifische Erst-Einweisung durch erfahrene Schulungsleiter
(z.B. Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten)
- Ausführliche Übungsanleitungen zum eigenständigen Training
- Telefon-Support für alle Galileo Anwender

EINFACHE ANWENDUNG.

Wir unterstützen Sie mit Trainingspostern und dem Galileo Trainingshandbuch. Detaillierte Beschreibungen zu jeder Übung, entsprechende Bildreihen und Parameter-Empfehlungen vereinfachen den Einsatz Ihres Galileo Gerätes.

Mit Galileo Training bekommen Sie auf wenigen Quadratmetern eine abwechslungsreiche Trainings- und Entspannungsmöglichkeit in Ihrem Wohnbereich. Hier können Sie abschalten, die Speicher wieder auffüllen und neue Energie tanken

GERÄTEEMPFEHLUNG IM ÜBERBLICK

Sind Sie auf der Suche nach einer platzsparenden Plattform, einem Gerät mit erweiterter Funktionalität oder dem passenden Galileo Hightend-System für Gesundheit und Fitness?

Verschaffen Sie sich hier einen ersten Überblick, welches Gerät aus unserem vielseitigen Angebot am besten zu Ihren individuellen Anforderungen passt.



Standgeräte	Galileo® Kiddy	Galileo® S 25	Galileo® S 35	Galileo® S 40 Plus	Galileo® Fit
	Für unsere Kleinen	Einsteigermodell	Funktionsvielfalt für zu Hause	Solide Mittelklasse	Standardmodell für Anspruchsvolle
	<ul style="list-style-type: none"> · Leicht und mobil · <u>Wobbel-Fernbedienung</u> · Optional: Galileo Hantel Mano 20/20 L 	<ul style="list-style-type: none"> · Platzsparende Lösung der Galileo Home-Serie · Fernbedienung · Optional: Haltebügel mit Transportrollen Halteständer · Smart Coaching Wobbel-Funktion 	<ul style="list-style-type: none"> · Smart Coaching, Wobbel-Funktion · Erweiterter Frequenzbereich und höhere Amplitude, dadurch intensives Training möglich · Geringer Platzbedarf · <u>Wobbel-Fernbedienung</u> · Optional: Haltebügel mit Transportrollen Halteständer, App-Steuerung 	<ul style="list-style-type: none"> · Bedienkomfort durch großes Bedienteil am Halteständer · Gekoppelte Halte- und Bedienmöglichkeit · Erweiterter Frequenzbereich und höhere Amplitude im Vergleich zum Einsteigermodell · <u>Empfehlenswert für eingeschränkt stehfähige Anwender</u> 	<ul style="list-style-type: none"> · Große Trainingsplattform · Sehr hohe maximale Belastbarkeit und Amplitude (Auslenkung der Trainingsplattform nach oben und unten = verstärkte Wirkung der Vibration) · Smart Coaching, Wobbel-Funktion · Fernbedienung

Sitzgeräte	Galileo® Chair
	Modell für eingeschränkt Stehfähige
	<ul style="list-style-type: none"> · Haltemöglichkeit für eingeschränkt stehfähige Anwender · Komfortable Sitz- und Bedienmöglichkeit · <u>Wobbel-Fernbedienung</u>

SCHNELL VERFÜGBARE GERÄTE, EINFACH UND OHNE VORBEREITUNG ANZUWENDEN.



Standgerät + Hantelsystem	Galileo® Fit Extreme	Galileo® Mano 30 Galileo® Mano 20/20 L
	Komplexes Home-Fitness-Modell	Power-Hantelsystem
	<ul style="list-style-type: none"> · Hochintensives Ganzkörpertraining · Gleichzeitiges Training der oberen und unteren Extremitäten möglich · Smart Coaching, Wobbel-Funktion · Steuerung über Bedienteil am Halteständer 	<ul style="list-style-type: none"> · Passende Ergänzung zum Standgerät · Trainingsschwerpunkt Arme und Oberkörper · Sehr hoher Frequenzbereich (Anzahl der Schwingungen effektiv bei kurzer Distanz von Gerät zur beanspruchten Muskulatur) · Wobbel-Funktion

Nähere Informationen zu den einzelnen Geräten wie technische Details und Lieferumfang erfahren Sie ab Seite 22. Für weitere Informationen zur Anwendung von Galileo im professionellen therapeutischen und

medizinischen Umfeld sowie im Fitnessbereich fordern Sie unsere Broschüre für Galileo Therapiegeräte mit Medizingerätezulassung oder unsere Broschüre für Galileo Fitnessgeräte an.

Wir beraten sie gerne über unsere umfangreiche Produktpalette und deren auf Sie speziell zugeschnittene Einsatzbereiche.

GEGENANZEIGEN

- Schwangerschaft
- Akute Thrombose (akuter Gefäßverschluss)
- Künstliche Gelenke in trainierten Körperregionen
- Akute Entzündungen des Bewegungsapparates, aktivierte Arthrose oder Arthropathie (z. B. akute Entzündungen und Schwellungen in Gelenken)
- Akute Tendinopathien in trainierten Körperregionen (akute Sehnenentzündung)
- Akute Hernien (Gewebebrüche)
- Akute Diskopathie (akutes bandscheibenbedingtes Rückenproblem)
- Frische Frakturen (Knochenbrüche) in trainierten Körperregionen
- Steinleiden von Gallenwegen und ableitenden Harnwegen
- Nach Operationen und bei frischen Wunden und Narben in den trainierten Körperregionen bzw., wenn die Wundheilung noch nicht vollständig abgeschlossen ist
- Rheumatoide Arthritis
- Epilepsie aufgrund sekundärer Verletzungsgefahr

GALILEO® KIDDY

MUSKELTRAINING FÜR KLEINKINDER IM HÄUSLICHEN BEREICH

LEICHT UND MOBIL FÜR UNSERE KLEINSTEN.

Galileo Kiddy eignet sich besonders für den Einsatz im früh- und kleinkindlichen Bereich, für Kinder mit einem Körpergewicht bis 50 kg. Dabei überzeugt das Gerät auch durch geringen Platzbedarf und Mobilität, dank seines sehr geringen Eigengewichts.

Der integrierte Hantelanschluss und die Wobbel-Funktion erweitern das Spektrum an Trainingsmöglichkeiten. Optional kann Galileo Kiddy für ein Ganzkörpertraining mit einem Galileo Mano Hantel Modell ergänzt werden. Dabei ist sowohl der synchrone als auch der separate Betrieb beider Geräte jederzeit möglich.

LIEFERUMFANG UND TECHNISCHE DATEN

BASISEINHEIT

- Integriertes Bedienteil inklusive Tasten und Anzeige
- Anschluss für Galileo Mano Hantel
- Maße: 524 x 340 x 100 mm (inkl. Griffe)
- Trittfläche: 412 x 258 mm
- Gewicht: 12,8 kg
- Amplitude: 0..+/-3,5 mm (Hub: 7,0 mm)
- Max. Beschleunigung: 10,3 g
- Frequenzbereich: 8..27 Hertz
- Max. Körpergewicht: 50 kg
- Elektrische Daten: 100–240 V AC, 50/60 Hz, 180 VA
- CE-Kennzeichnung

WOBBEL-FERNBEDIENUNG



Wobbel-
Fernbedienung



Integriertes Bedienteil



Galileo Kiddy



Über das integrierte Bedienteil erfolgt die Zu- oder Abschaltung der jeweilig genutzten Geräte.

Mano Med Hanteln
optional erhältlich:



Galileo Mano 20

oder



Galileo Mano 20 L

Galileo Med 15 mit
Galileo Mano Med 20/20 L



OPTIONAL ERHÄTLICH

GALILEO® MANO HANTEL 20/20 L

→ Training der oberen Extremitäten + des
Nackensbereiches

GALILEO® S 25

MUSKELTRAINING AUF SEHR KLEINEM RAUM

DAS EINSTEIGER-MODELL DER GALILEO® STANDGERÄTE-SERIE MIT KOMPAKTER TECHNIK.

Galileo S 25 ermöglicht Ihnen die tägliche Portion Muskeltraining zur Steigerung Ihrer Leistungsfähigkeit auf kleinem Raum. Durch die speziell entwickelte Silent-Technologie werden die Laufgeräusche der Galileo Geräte deutlich reduziert.

Im Lieferumfang enthalten ist eine Fernbedienung zum Ein- und Ausschalten sowie zum bequemen Anpassen der Trainingsfrequenz während des Trainings.

LIEFERUMFANG UND TECHNISCHE DATEN

BASISEINHEIT

- Integriertes Bedienteil inklusive 4 Tasten (Start/Stopp, Auswahltaste Select [Frequenz, Zeit...], +/- Tasten) und Anzeige
- Maße: 683 x 490 x 131 mm (inkl. Griffe)
- Trittfläche: 547 x 349 mm
- Gewicht: 31 kg
- Amplitude: 0..+/-3,4 mm (Hub: 6,8 mm)
- Max. Beschleunigung: 12,3 g
- Frequenzbereich: 10..30 Hertz
- Max. Belastbarkeit: 120 kg
- Elektrische Daten: 230 V AC, 50/60 Hz, 400 VA
- CE-Kennzeichnung



Fernbedienung



Integriertes Bedienteil



Galileo S 25



Training
mit Haltebügel



Galileo S 25 mit Halteständer
und Grundplatte



Galileo S 25 mit Haltebügel
mit integrierten Transportrollen

Der optionale Haltebügel kann zusätzliche Sicherheit beim häuslichen Training bieten. Er wird ohne großen Montageaufwand an die Basiseinheit angesteckt, sodass Sie ihn bei Bedarf auch nachträglich kaufen können.

GALILEO® TRAINING APP

Die Galileo Training App ist ein interaktives Übungshandbuch, mit dessen Hilfe Sie Ihr individuelles Training aus mehr als 200 Übungsvarianten zusammenstellen können.

OPTIONAL ERHÄLTlich

HALTEBÜGEL MIT TRANSPORTROLLEN

→ Maße: 434 x 272 x 1051 mm

→ Gewicht: 3 kg

HALTESTÄNDER MIT GRUNDPLATTE

→ Maße: 730 x 750 x 1150 mm; Gewicht: 17 kg

APP-STEUERUNG

→ Steuerung von Galileo mit Galileo App inkl. interaktivem Übungshandbuch

SMART COACHING-FUNKTION

→ Automatische Frequenzanpassung bei unpassender Fußstellung bzw. Körperhaltung

WOBBEL-FUNKTION INKLUSIVE WOBBEL-FERNBEDIENUNG

→ Training von Gleichgewicht und Koordination

Nähere Informationen zu den Funktionen erfahren Sie ab Seite 40.

GALILEO® S 35

FUNKTIONSVIELFALT FÜR AMBITIONIERTE PRIVATANWENDER

HÖHERE MAXIMALAMPLITUDE IM VERGLEICH ZU GALILEO® S 25.

Der Galileo S 35 bietet neben dem erweiterten Frequenzbereich hervorragende Voraussetzungen für ambitionierte Privatanwender zur Leistungssteigerung sowie zur Verbesserung von Muskelfunktion und Durchblutung. Die integrierte Wobbel- und Smart Coaching-Funktion ermöglichen dem Anwender Funktionsvielfalt und unterstützen eine hohe Effektivität. Der geräuscharme Betrieb kann Training mit Komfort auf angenehme Art verbinden. Über die optionale Galileo App kann der Galileo S 35 mittels Bluetooth gesteuert werden. Dabei hilft eine große Auswahl an Übungsvorlagen in verschiedenen Schwierigkeitsgraden bei der Ausführung des Trainings.

LIEFERUMFANG UND TECHNISCHE DATEN

BASISEINHEIT

- Integriertes Bedienteil inklusive 4 Tasten (Start/Stop, Auswahltaste Select [Frequenz, Zeit...], +/- Tasten) und Anzeige
- Maße: 683 x 490 x 131 mm (inkl. Griffe)
- Trittpläche: 547 x 349 mm
- Gewicht: 31 kg
- Amplitude: 0..+/-4,7 mm (Hub: 9,4 mm)
- Max. Beschleunigung: 20,6 g
- Frequenzbereich: 5..33 Hertz
- Max. Belastbarkeit: 140 kg
- Elektrische Daten: 230 V AC, 50/60 Hz, 400 VA
- CE-Kennzeichnung

WOBBEL-FERNBEDIENUNG



Wobbel-Fernbedienung



Integriertes Bedienteil



Galileo S 35





Galileo S 35 mit Halteständer und Grundplatte

Galileo S 35 mit Haltebügel mit integrierten Transportrollen

Integrierte Funktionen bei Galileo® S 35:

GALILEO® TRAINING APP

Die Galileo Training App ist ein interaktives Übungshandbuch, mit dessen Hilfe Sie Ihr individuelles Training aus mehr als 200 Übungsvarianten erstellen können.

GALILEO® SMART COACHING-FUNKTION

Durch die Galileo Smart Coaching-Funktion kann eine automatische Anpassung der Intensität bei zu breiter Fußstellung bzw. zu steifer Körperhaltung erfolgen. Damit können Sie Ihr Training noch effizienter und sicherer gestalten.

WOBBEL-FUNKTION

Nutzen Sie die Wobbel-Funktion insbesondere für Gleichgewichts- und Koordinations-Übungen.

Nähere Informationen zu den Funktionen – siehe Seite 40.

Der optionale Haltebügel (Halteständer) kann zusätzliche Sicherheit beim häuslichen Training bieten. Er wird ohne großen Montageaufwand mit der Basiseinheit kombiniert, sodass Sie ihn bei Bedarf auch nachträglich kaufen können.

OPTIONAL ERHÄLTlich

HALTESTÄNDER MIT GRUNDPLATTE

→ Maße: 730 x 750 x 1150 mm; Gewicht: 17 kg

HALTEBÜGEL MIT TRANSPORTROLLEN

→ Maße: 434 x 272 x 1051 mm

→ Gewicht: 3 kg

GALILEO® TRAINING APP-STEUERUNG

Die Steuerung der Galileo Trainingsgeräte kann über Smartphone oder Tablet erfolgen.

GALILEO® S 40 PLUS

DAS EINSTEIGERMODELL FÜR DIE SEMI-PROFESSIONELLE ANWENDUNG

BEDIENKOMFORT DURCH ERWEITERTE FUNKTIONALITÄT MIT GROSSEM BEDIENTEIL.

Durch den großen Frequenzbereich von 5 bis 33 Hertz sowie das umfangreiche Bedienteil mit erweiterter Funktionalität eignet sich Galileo S 40 Plus als Einsteigermodell für die semiprofessionelle Anwendung. Das Modell bietet Ihnen umfangreiche Möglichkeiten von intensivem Muskeltraining bis hin zur entspannenden Anwendung. Der Halteständer mit Bedienteil gehört zum Lieferumfang.

LIEFERUMFANG UND TECHNISCHE DATEN

BASISEINHEIT (OHNE INTERNES BEDIENTEIL)

- Maße: 683 x 490 x 131 mm
- Trittfläche: 547 x 349 mm
- Gewicht: 31 kg
- Amplitude: 0..+/-4,7 mm (Hub: 9,4 mm)
- Max. Beschleunigung: 20,6 g
- Frequenzbereich: 5..33 Hertz
- Max. Belastbarkeit: 140 kg
- Elektrische Daten: 230 V AC, 50/60 Hz, 400 VA
- CE-Kennzeichnung

HALTESTÄNDER MIT BEDIENTEIL INKL. SCHLÜSSELSCHALTER

- Maße: 730 x 790 x 1200 mm
- Gewicht: 18 kg



Bedienteil am Halteständer



Galileo S 40 Plus





Galileo S 40 Plus
in Farbvariante schwarz-rubinrot

Das komfortable Bedienteil am Halteständer von Galileo S 40 Plus ist mit einem Schlüsselschalter, vier programmierbaren Trainingsabläufen sowie Schnellwahltasten für Trainingszeit und Trainingsfrequenz ausgestattet.

GALILEO® TRAINING APP

Die Galileo Training App ist ein interaktives Übungshandbuch, mit dessen Hilfe Sie Ihr individuelles Training aus mehr als 200 Übungsvarianten erstellen können.

GALILEO® FIT

DAS MODELL FÜR DEN ANSPRUCHSVOLLEN HOME-ANWENDER

MIT INTEGRIERTER WOBBEL- UND SMART COACHING-FUNKTION.

Mit seiner großen Trainingsplattform und großen Amplitude ist Galileo Fit ein hervorragendes Trainingsgerät zur Leistungssteigerung, aber auch zur Muskellockereung und Entspannung. Durch die maximale Belastbarkeit von 200 kg wird ein großer Anwenderkreis abgedeckt und auch die Verwendung von größeren Zusatzgewichten ermöglicht. Die integrierte Wobbel-Funktion fordert und trainiert das neuronale System durch zufällige Frequenzänderungen, auf welche sich der Anwender einstellen muss.

Die Smart Coaching-Funktion kann die Intensität während des Trainings automatisch an die individuellen Fähigkeiten bzw. die gewählte Körperhaltung und Amplitude anpassen.

LIEFERUMFANG UND TECHNISCHE DATEN

BASISEINHEIT

- Integriertes Bedienteil inklusive Tasten und Anzeige
- Maße: 780 x 615 x 140 mm
- Trittfläche: 580 x 370 mm
- Gewicht: 42 kg
- Amplitude: 0..+/-5,2 mm (Hub: 10,4 mm)
- Max. Beschleunigung: 27,1 g
- Frequenzbereich: 5..36 Hertz
- Max. Belastbarkeit: 200 kg
- Elektrische Daten: 230 V AC, 50/60 Hz, 800 VA
- CE-Kennzeichnung

HALTESTÄNDER MIT BEDIENTEIL INKL. SCHLÜSSELSCHALTER

- Maße: 730 x 880 x 1300 mm
- Gewicht: 22 kg



Wobbel-Fernbedienung (optional)



Bedienteil am Halteständer



Integriertes Bedienteil



Galileo Fit





Galileo Fit in Farbvariante weißaluminium metallic

Integrierte Funktionen bei Galileo® Fit:

GALILEO® TRAINING APP

Die Galileo Training App ist ein interaktives Übungshandbuch, mit dessen Hilfe Sie Ihr individuelles Training aus mehr als 200 Übungsvarianten erstellen können.

GALILEO® SMART COACHING-FUNKTION

Durch die Galileo Smart Coaching-Funktion kann eine automatische Anpassung der Intensität bei zu breiter Fußstellung bzw. zu steifer Körperhaltung erfolgen. Damit kann Ihr Training noch effizienter und sicherer gestaltet werden.

WOBBEL-FUNKTION

Nutzen Sie die Wobbel-Funktion insbesondere für Gleichgewichts- und Koordinations-Übungen oder einfach nur für den Extra-Kick beim Work-out-Training mit hohen Frequenzen in der tiefen Hocke!

Nähere Informationen zu den Funktionen erfahren Sie ab Seite 40.

OPTIONAL ERHÄLTlich

WOBBEL-FERNBEDIENUNG

PERSONAL TRAINER (PT)

GALILEO® FIT EXTREME

DAS STARKE GALILEO® PAKET FÜR HOCHINTENSIVES GANZKÖRPERTRAINING

INKLUSIVE GALILEO® FIT, UNSEREM MODELL FÜR DEN ANSPRUCHSVOLLEN HOME-FITNESS-BEREICH, UND 2 INTEGRIERTEN MANO 30 HANTELN FÜR ENTSPANNENDES ODER AUCH ANSPRUCHSVOLLES TRAINING.

Die Kombination aus Altbewährtem, dem Galileo Fit mit seiner großen Trainingsplattform und großen Amplitude, und den Galileo Mano 30 Hanteln, ermöglicht ein hochintensives Ganzkörpertraining. Technisch vereint in einem Gerät können jetzt gleichzeitig die unteren Extremitäten, der Rumpf und der Oberkörper mit den oberen Extremitäten trainiert werden. Die zentrale Steuerung des Galileo Fit und der Hanteln erfolgt dabei über das intuitive Bedienteil am Halteständer. Dabei sind die Hanteln separat zu- und abschaltbar.

Mit der Smart Coaching-Funktion kann die Galileo Fit Basis-einheit dem Anwender noch mehr Sicherheit und Effizienz bieten. Automatisch kann hierbei die Intensität an die individuellen Fähigkeiten angepasst werden.

LIEFERUMFANG UND TECHNISCHE DATEN

GALILEO® FIT MIT INTEGRIERTEN GALILEO® MANO 30 HANTELN

BASISEINHEIT GALILEO® FIT

→ Technische Daten siehe Seite 30

HALTESTÄNDER MIT BEDIENTEIL INKL. SCHLÜSSELSCHALTER

→ Maße: 730 x 880 x 1300 mm

→ Gewicht: 22 kg

ZWEI HANTELN

→ Technische Daten siehe Seite 36

ZWEI PAAR GEWICHTSSCHEIBEN à 1,25 KG

→ Inklusive Befestigungsclips



Wobbel-Fernbedienung (optional)



Bedienteil am Halteständer



Integriertes Bedienteil



Galileo Fit Extreme





Gewichtsscheiben
mit Clips



Galileo Mano 30 Hantel

Erweitern Sie Ihr Übungsspektrum durch die zentral steuerbare Kombination der Geräte.

Durch die Galileo Smart Coaching-Funktion kann sich Ihr Training noch effizienter und sicherer gestalten.

Integrierte Funktionen bei Galileo® Fit Extreme:

GALILEO® TRAINING APP

Die Galileo Training App ist ein interaktives Übungshandbuch, mit dessen Hilfe Sie Ihr individuelles Training aus mehr als 200 Übungsvarianten auswählen können.

GALILEO® SMART COACHING-FUNKTION

Durch die Galileo Smart Coaching-Funktion kann eine automatische Anpassung der Intensität bei zu breiter Fußstellung bzw. zu steifer Körperhaltung erfolgen. Damit können Sie Ihr Training noch effizienter und sicherer gestalten.

WOBBEL-FUNKTION

Nutzen Sie die Wobbel-Funktion insbesondere für Gleichgewichts- und Koordinations-Übungen oder einfach nur für den Extra-Kick beim Work-out-Training mit hohen Frequenzen in der tiefen Hocke!

Nähere Informationen zu den Funktionen erfahren Sie ab Seite 40.

OPTIONAL ERHÄLTlich

WOBBEL-FERNBEDIENUNG

Mehr Infos zu unseren Galileo-Vibrationshanteln:

www.vhantel.de

GALILEO® CHAIR

SEITENALTERNIERENDES MUSKELTRAINING IM SITZEN

GEZIELTES TRAINING FÜR BECKEN- BODEN, RÜCKEN UND RUMPF.

Das Training auf Galileo Chair erfolgt im Gegensatz zur Anwendung auf den bewährten Standgeräten und Rückenkräftigung im Sitzen. Wichtige Zielparameter sind gezieltes Beckenbodentraining, Rückenlockerung, Durchblutungsförderung oder Entspannung. Insbesondere unsichere Anwender können mit Galileo Chair eigenständig trainieren – auch in der gewohnten Umgebung zu Hause. Die Bedienung und Anwendung sind denkbar einfach. Im Lieferumfang enthalten ist eine Fernbedienung zur Nutzung der Wobbel-Funktion.

LIEFERUMFANG UND TECHNISCHE DATEN

GALILEO® CHAIR

- Integriertes Bedienteil inklusive Tasten und Anzeige
- Maße: 670 x 400 x 520 mm
- Sitzfläche: 480 x 320 mm
- Gewicht: 28 kg
- Amplitude: 0..+/-6,0 mm (Hub: 12,0 mm)
- Max. Beschleunigung: 9,6 g
- Frequenzbereich: 2..20 Hertz
- Max. Belastbarkeit: 150 kg
- Elektrische Daten: 230 V AC, 50/60 Hz, 400 VA
- CE-Kennzeichnung

WOBBEL-FERNBEDIENUNG



Wobbel-Fernbedienung

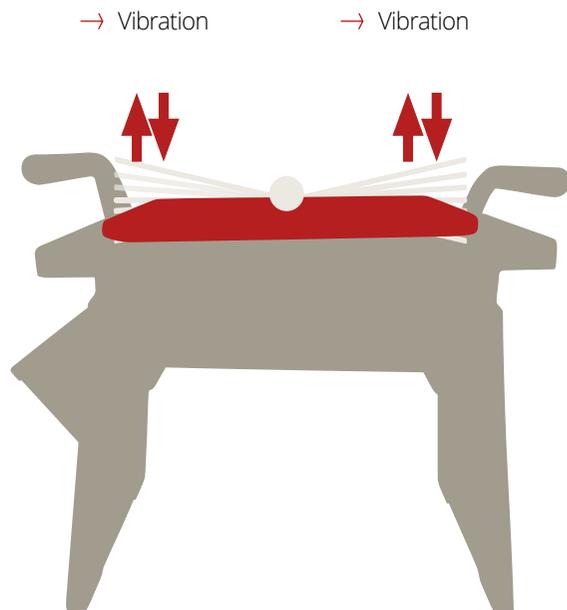


Integriertes Bedienteil



Galileo Chair





Galileo Chair

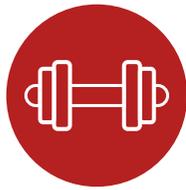
Insbesondere für ältere Menschen kann Galileo Chair ein sinnvolles Trainingsgerät sein. Auch schlecht zu motivierende Anwender können durch das einfach anzuwendende Training mit Galileo Chair effektiv und schnell trainierbar werden. Gerade die besonderen Anwendungsgebiete für Galileo Training im Sitzen wie z.B. Beckenbodentraining oder neuromuskuläres Training zeichnen den Galileo Chair als interessante Trainingsalternative aus.

Sie wollen mehr Infos zu unseren Galileo-Maschinen?

Rufen Sie uns kostenfrei an. Tel.: 0800 70 70 070

E-Mail: info@vplatte.de

Web: www.vplatte.de / www.vhantel.de



GALILEO® MANO HANTELN

TRAINING FÜR ARME UND OBERKÖRPER

Das Galileo Mano 30 Hantelsystem ermöglicht entspannende sowie anspruchsvolle Trainingssitzungen je nach Bedarf. Effektiv können die oberen Extremitäten und der Schulter- und Nackenbereich trainiert oder gelockert werden.

GALILEO® MANO 30 – TRAINING FÜR ARME UND OBERKÖRPER

Mit diesem Hantel-Training können Sie gezielt Ihren Körper kräftigen! Durch die Übungen mit der Galileo Mano 30 Hantel lassen sich in erster Linie die Hände und Arme stärken. Aber auch andere Körperteile wie die Schultern, der Rücken, die Brust und die Bauchmuskulatur können profitieren. Beim System Galileo Fit Extreme gehören 2 Galileo Mano Hanteln zum Lieferumfang.

GALILEO® MANO 20 – HANTEL FÜR EINARMIGE ÜBUNGEN

Das Hantelsystem Galileo Mano 20 mit reduziertem Griffdurchmesser und Gewicht bietet angemessene Anwendungsmöglichkeiten für Kinder mit gewohntem Bedienkomfort.

Die Hantel Galileo Mano 20 ist besonders leicht und mit ihrem Griffbereich von 160 mm für einhändige, vom Erwachsenen geführte Übungen ausgelegt. Die elliptische Bewe-

gung des Hantelgriffs erreicht eine feste Amplitude von 2,5 mm.

GALILEO® MANO 20 L – HANTEL FÜR BEIDARMIGE ÜBUNGEN

Das Hantelsystem Galileo Mano 20 L ist die verlängerte Ausführung des Modells Mano 20 mit seitenalternierendem Haltegriff für die Anwendung mit beiden Händen. Der Griffbereich wurde hierzu auf komfortable 260 mm erweitert.

Die seitenalternierende Funktionsweise der Hantel resultiert in einer variablen Amplitude im Bereich von 0 bis 2,5 mm. Die Griffposition der Hände bestimmt dabei die Amplitude.

WOBBEL-FUNKTION

Die Zuschaltung der Wobbel-Funktion ermöglicht eine sich zufällig ändernde Frequenz (Schwingungen pro Sekunde).

Kombinieren Sie Ihre Galileo Hantel ganz einfach mit Ihrem Gummi- oder Seilzugapparat und nutzen Sie durch die Aufhängung den Vorteil der Gewichtsentlastung bei Anfängern oder älteren Anwendern.

Optional kann eine zweite Mano Hantel betrieben werden.



Rückansicht
Bedienteil



Galileo Mano 20 L Hantelsystem



Galileo Mano 20 Hantelsystem





Gewichtsscheiben mit Clips
(optional)

LIEFERUMFANG UND TECHNISCHE DATEN

HANTEL MANO 30

- Maße: 280 x 200 x 60 mm
- Gewicht: 2,6 kg
- Griffbereich: 130 mm
- Amplitude: 2 mm (Hub: 4 mm)
- Max. Beschleunigung: 12,9 g
- Wobbel-Funktion: inklusive
- CE-Kennzeichnung

HANTEL MANO 20

- Maße: 217 x 151 x 46 mm
- Gewicht: 1,1 kg
- Griffbereich: 160 mm
- Amplitude: Fest 2,5 mm
- Max. Beschleunigung: 16,1 g
- Wobbel-Funktion: inklusive
- CE-Kennzeichnung

HANTEL MANO 20 L

- Maße: 317 x 151 x 46 mm
- Gewicht: 1,4 kg
- Griffbereich: 260 mm
- Amplitude: 0..+/-2,5 mm
- Max. Beschleunigung: 16,1 g
- Wobbel-Funktion: inklusive
- CE-Kennzeichnung

SEPARAT AUFSTELLBARES BEDIENTEIL

- Solides Kunststoffgehäuse
- Eingangsspannungsbereich Weitbereichsnetzteil:
100..240 V AC
- Maße: 250 x 160 x 80 mm
- Gewicht: 1,9 kg
- Frequenzbereich: 5..40 Hertz
- Leistungsaufnahme: max. 200 VA

ENTHALTENES ZUBEHÖR

- Netzkabel und Bedienungsanleitung

OPTIONAL ERHÄLTlich

ZWEITE HANTEL

- Parallel betreibbar

ZWEI GEWICHTSSCHEIBEN (BEI MANO 30)

- Inkl. Befestigungsclips

FUSSSCHALTER

- Zum einfachen An- bzw. Abschalten des Galileo Systems (Bei Kauf von 2 Hanteln Fußschalter inklusive)

FERNBEDIENUNG BEDIENTEIL, WOBBEL-FERNBEDIENUNG



Galileo Mano 30 Hantelsystem (mit Gewichtsscheiben - optional)

GALILEO® TRAINING APP

IHR INTERAKTIVES HANDBUCH

ECHTZEIT-TRAINING MIT VISUALISIRTER ÜBUNG.

Mit der Galileo Training App kommt Ihr virtueller Coach auf Ihr Smartphone oder Tablet.

Die Galileo Training App ermöglicht individuell auf Ihre Bedürfnisse und Fähigkeiten abgestimmte Trainingseinheiten und dadurch mehr Wohlbefinden, Fitness und Kondition.

Die Galileo Training App bietet ein interaktives Übungshandbuch, mit dessen Hilfe Sie Ihr individuelles Training aus mehr als 200 Übungsvarianten erstellen können. Diese sind nach über 20 Trainingszielen gruppiert. Die Intensität der Übungen lässt sich in sechs Schwierigkeitsgraden – von leicht bis schwer – individuell anpassen.

Die intuitive Bedienung, direkt über Ihr Smartphone oder Tablet, ermöglicht die Visualisierung des kompletten Trainingsablaufes. Das Training erfolgt dabei parallel zu den abgespielten Trainingsvideos.

Entsprechend des ausgewählten Schwierigkeitsgrades schlägt Ihnen die Galileo Training App alle Trainingsparameter (Zeit, Frequenz, Amplitude, Wobbel-Funktion*) vor – so macht das Galileo Training noch mehr Spaß und ist einfacher in der Handhabung.

In Kombination mit der App-Steuerung (nicht für alle Galileo Systeme verfügbar) können Sie per Bluetooth Ihr Galileo Gerät fernsteuern.

*) Galileo Gerät muss mit Wobbel-Funktion ausgestattet sein.

SYSTEMVORAUSSETZUNGEN

- iOS® 8 oder höher
- Android® 4.2 oder höher



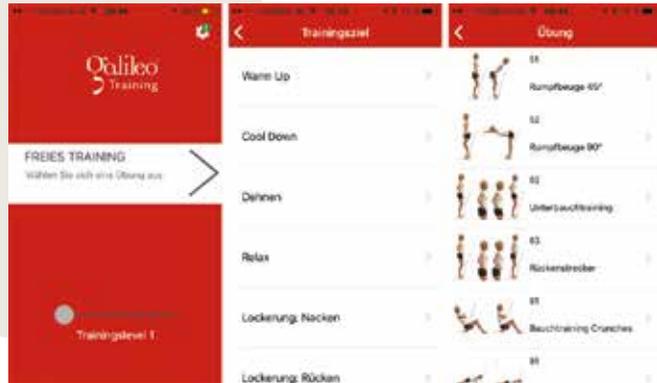
*) Made for iPhone 7, iPhone 7 Plus, iPhone SE, iPhone 6, iPhone 6s, iPad Pro (12.9-inch) 1st generation and iPad Air. "Made for iPhone," and "Made for iPad" mean that an electronic accessory has been designed to connect specifically to iPhone or iPad, respectively, and has been certified by the developer to meet Apple performance standards. Apple is not responsible for the operation of this device or its compliance with safety and regulatory standards. Please note that the use of this accessory with iPhone or iPad may affect wireless performance. iPad and iPhone are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. iPad Air is a trademark of Apple Inc. Android is a trademark of Google Inc.



Übungsvielfalt immer griffbereit

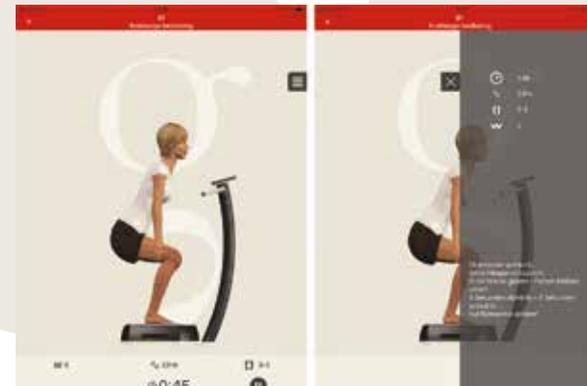


KOSTENFREIE GALILEO® TRAINING APP.

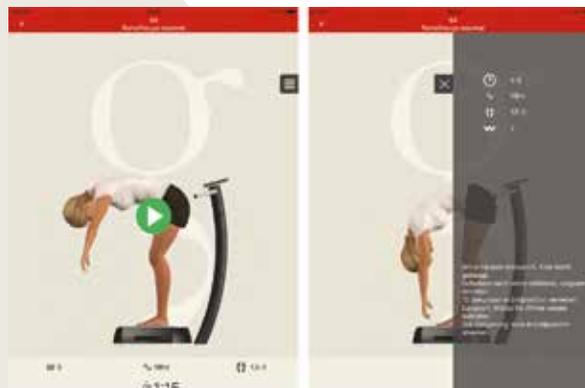


„Freies Training“ innerhalb der Galileo Training App ermöglicht die selbstständige Auswahl an zu trainierenden Übungen aus themenbezogenen Übungsgruppen (Beispiel „Warm Up“).

Mittels einblendbarer Erläuterungen können Sie für jede Trainingsübung nachlesen, auf was genau Sie bei dieser zu achten haben, um Ihr Training effektiv absolvieren zu können.



Das Training erfolgt idealerweise in Echtzeit mit der visualisierten Übung.





GALILEO® TRAINING APP-STEUERUNG

INNOVATIVE BLUETOOTH-STEUERUNG



STEUERUNG DER GALILEO® TRAININGSGERÄTE ÜBER SMARTPHONE ODER TABLET.

Die Galileo Training App* in Kombination mit der App-Steuerung ermöglicht eine moderne und intuitive Steuerung Ihres Training mit Galileo. Hierzu müssen Sie zukünftig nicht einmal mehr die Fernbedienung Ihres Trainingsgerätes nutzen. Somit kann Ihnen Galileo Training noch mehr Freude und eine einfache und intuitive Bedienung bieten, damit Sie Ihr Training mit Galileo noch weiter verbessern können.

SELBSTBESTIMMTES TRAINING DURCH VERÄNDERBARE TRAININGSPARAMETER.

Alle Trainingsparameter können mittels der kostenlosen Galileo Training App direkt eingestellt und verändert werden. Die vorgeschlagenen Trainingsparameter können Sie zudem für Ihr Training auf Galileo einfach anpassen. Dauer und Frequenz der Übungen können Sie selbst bestimmen. Der Wobbel-Modus kann durch Sie verändert bzw. zu- und abgeschaltet werden.**

KOPPLUNG SMARTPHONE/TABLET MIT GALILEO® TRAININGSGERÄT.*

Ihr Galileo Trainingsgerät stellt eine drahtlose Verbindung per Bluetooth zu Ihrem Smartphone oder Tablet her. Dazu müssen Sie nur die Kommunikation beider Geräte durch Freigabe zulassen.

**Bei Galileo Geräten mit Wobbel-Funktion.

Die Steuerung vom Galileo Trainingsgerät, mit der zuvor heruntergeladenen Galileo Training App, erfolgt nun direkt über Ihr Smartphone oder Tablet.

SYSTEMVORAUSSETZUNGEN

- iOS® 8 oder höher
- Android® 4.2 oder höher
- Galileo® BT-Modul



*) Made for iPhone 7, iPhone 7 Plus, iPhone SE, iPhone 6, iPhone 6s, iPad Pro (12.9-inch) 1st generation and iPad Air. "Made for iPhone," and "Made for iPad" mean that an electronic accessory has been designed to connect specifically to iPhone or iPad, respectively, and has been certified by the developer to meet Apple performance standards. Apple is not responsible for the operation of this device or its compliance with safety and regulatory standards. Please note that the use of this accessory with iPhone or iPad may affect wireless performance. iPad and iPhone are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. iPad Air is a trademark of Apple Inc. Android is a trademark of Google Inc.





Galileo S 35

OPTIONAL ERHÄTLICH

FÜR GALILEO® S 25 + GALILEO® S 35

→ Nachrüstung per Galileo Bluetooth Adapter
ohne Aufwand möglich



GALILEO® WOBBEL-FUNKTION

EFFEKTIVES TRAINING VON GLEICHGEWICHT UND KOORDINATION

TRAINING MIT ZUFÄLLIGEN FREQUENZÄNDERUNGEN.

Die Wobbel-Funktion, häufig auch als Stochastikfunktion bezeichnet, ermöglicht Galileo Training mit sich zufällig ändernden Frequenzen. Dabei ändert sich die Trainingsfrequenz (Schwingungen pro Sekunde) je nach zuvor gewähltem Schwierigkeitsgrad schneller oder langsamer. Die Geschwindigkeit der Frequenzänderungen kann nach Belieben im Schwierigkeitsgrad leicht, mittel oder schwer gewählt werden. Zudem kann die mittlere Frequenz, um welche die zufälligen Frequenzänderungen stattfinden, selbst während einer laufenden Trainingssitzung nach oben oder unten verschoben werden.

Die Wobbel-Funktion eignet sich sehr gut für Gleichgewichts- und Koordinations-Übungen, da der Anwender nicht vorhersehen kann, wie die Frequenz im Trainingsverlauf modifiziert wird.

Gönnen Sie sich mit der Wobbel-Funktion ein Extra an Trainingsmöglichkeiten.

Kombinieren Sie Aufgaben wie beispielsweise Ballspielen oder Einbein-Übung mit der Galileo Wobbel-Funktion. Zusätzlich kann diese zur Motivationssteigerung bei anstrengenden Übungen mit hohen Frequenzen eingesetzt werden.

LIEFERUMFANG UND TECHNISCHE DATEN

WOBBEL-FERNBEDIENUNG ZUR AKTIVIERUNG DER WOBBEL-FUNKTION

- Mit Tasten für Start/Stopp, Frequenz +/-, Steuerung Wobbel-Modus
- Maße: 150 x 65 x 30 mm
- Gewicht: 150 g
- Inklusive praktischem Aufhängeband
- Batterien sind bereits enthalten und einfach zu wechseln

FUNKTIONEN

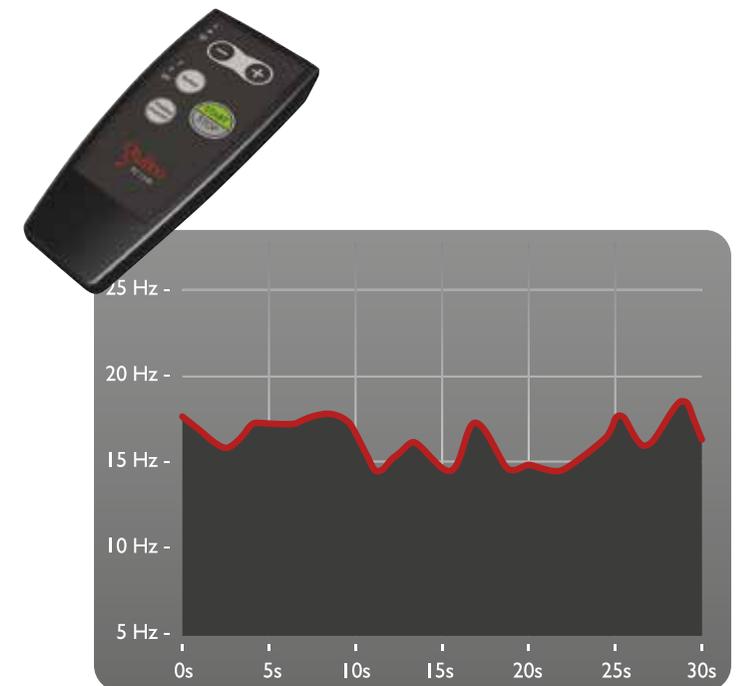
- Auswahlmöglichkeit des Schwierigkeitsgrads leicht, mittel oder schwer
- Intuitive Bedienung mit fünf Tasten
- Auf Anfrage nachrüstbar
- Einstellung der Laufzeit



Integriertes Bedienteil mit Anzeige im Wobbel-Auswahlmodus



Wobbel-Fernbedienung



Wobbel-Fernbedienung, zufällige Frequenzänderungen



KONTROLLIERTE ANWENDUNG MIT GALILEO® SMART COACHING.

- Galileo Training noch effizienter und sicherer
- Automatische Frequenzanpassung an individuelle Fähigkeiten
- Reduzierte Lautstärke des Gerätes, auch bei intensiver Anwendung
- 5 Empfindlichkeitsstufen für effektive Anwendung



Galileo Smart Coaching-Funktion auf Galileo Fit Chip



GALILEO® SMART COACHING

AUTOMATISCHE FREQUENZ-ANPASSUNG BEI ZU BREITER FUSSTELLUNG BZW. ZU STEIFER KÖRPERHALTUNG

GALILEO® TRAINING WIRD NOCH EFFIZIENTER UND SICHERER.

Die Stellung der Füße auf dem Galileo Gerät hat zur Durchführung eines effektiven Trainings eine elementare Bedeutung.

Der Galileo Smart Coaching-Sensor überprüft während des Trainings kontinuierlich, ob der Anwender die passende Fußstellung in Abhängigkeit zur eingestellten Frequenz und den individuellen Fähigkeiten gewählt hat.

Ist der Abstand der Füße zueinander zu groß, äußert sich das z.B. in einem instabilen Stand. Der Anwender kann die Fußposition nicht halten, die Füße rutschen weg. Die Lautstärke des Gerätes ist deutlich erhöht, in Extremfällen bis hin zum „Wandern“ des gesamten Gerätes. Dem Trainierenden ist es in diesem Fall nicht möglich, der Abwärtsbewegung der Platte adäquat zu folgen. Dementsprechend kommt es zu einer kurzen Entlastung, bis hin zum kurzzeitigen Abheben des Fußes, und somit zu den beschriebenen Phänomenen.

AUTOMATISCHE FREQUENZREDUZIERUNG.

Galileo Smart Coaching kann eine eventuell vorhandene Diskrepanz zwischen Fußstellung und gewählter Frequenz erkennen. Die Frequenz wird dann automatisch reduziert, damit der Nutzer zu einem effektiven Training geführt werden kann. Erst wenn der Anwender seine Position bzw. seine Haltung korrigiert hat, fährt das Gerät wieder auf die ursprünglich eingestellte Frequenz.

Die Darstellung der Galileo Smart Coaching-Funktion für den Nutzer ist geräteabhängig.

FUNKTIONSUMFANG

Inbetriebnahme und Einstellung

- Die Galileo Smart Coaching-Funktion kann über die jeweiligen Bedienteile aktiviert werden.
- Die Galileo Smart Coaching-Funktion bietet fünf Empfindlichkeitsstufen.

Empfindlichkeitsstufen

Stufe SC1: Empfindlichste Stufe

Stufe SC5: Unempfindlichste Stufe

Je unempfindlicher die Galileo Smart Coaching-Funktion eingestellt ist, desto intensiver kann die Anwendung erfolgen und desto höher kann aber auch die Geräusentwicklung während einer intensiven Anwendung werden.

Sie wollen mehr Infos zu diesen Innovationen?

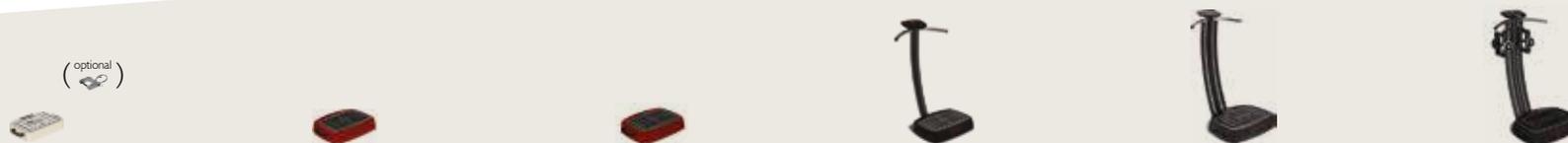
Rufen Sie uns kostenfrei an:
Tel.: 0800 70 70 070

E-Mail: info@vplatte.de

Web: www.vplatte.de / www.vhantel.de

PRODUKTÜBERSICHT

Alle Galileo Geräte werden von uns in Deutschland entwickelt, hergestellt und zusammen mit unseren internationalen Partnern weltweit vertrieben. Die Qualität unserer Trainingsgeräte wird durch ein vom TÜV zertifiziertes Qualitätsmanagement-System gemäß ISO 13485 überwacht.



Standgeräte	Galileo® Kiddy	Galileo® S 25	Galileo® S 35	Galileo® S 40 Plus	Galileo® Fit	Galileo® Fit Extreme
Einstufung	Home	Home	Home	Semiprofessionell	Professionell	Professionell
Medizinprodukt	Nein	Nein	Nein	Nein	Nein	Nein
Zertifikat	CE	CE	CE	CE	CE	CE
Haltemöglichkeit	Nein	Optional	Optional	Ja	Ja	Ja
Externes Bedienteil	Nein	Nein	Nein	Ja (am Haltebügel)	Ja (am Haltebügel)	Ja (am Haltebügel)
Internes Bedienteil	Ja	Ja	Ja	Nein	Ja	Ja
Fernbedienung	Ja	Ja	Ja	Nein	Optional	Optional
Frequenz (von/bis)	8..27 Hz	10..30 Hz	5..33 Hz	5..33 Hz	5..36 Hz	5..36 Hz
Amplitude (von/bis)	0..+/-3,5 mm	0..+/-3,4 mm	0..+/-4,7 mm	0..+/-4,7 mm	0..+/-5,2 mm	0..+/-5,2 mm
Max. Beschleunigung	10,3 g	12,3 g	20,6 g	20,6 g	27,1 g	27,1 g
Hub	7,0 mm	6,8 mm	9,4 mm	9,4 mm	10,4 mm	10,4 mm
Trittfläche (l/b)	412 x 258 mm	547 x 349 mm	547 x 349 mm	547 x 349 mm	580 x 370 mm	580 x 370 mm
Gesamtmaße (l/b/h)	524 x 340 x 100 mm	683 x 490 x 131 mm	683 x 490 x 131 mm	730 x 790 x 1200 mm	780 x 880 x 1300 mm	780 x 880 x 1300 mm
Gesamtgewicht	12,8 kg	31 kg	31 kg	49 kg	64 kg	70 kg
Max. Belastbarkeit	50 kg	120 kg	140 kg	140 kg	200 kg	200 kg
Silent	Nein	Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
App-Steuerung	Nein	Optional	Optional	Nein	Nein	Nein
Smart Coaching	Nein	Optional	Ja	Nein	Ja	Ja
Wobbel-Funktion	Ja	Optional	Ja	Nein	Ja	Ja
Optionen und Zubehör	Mano 20/20 L (opt.)	· Haltebügel; -ständer (opt.) · Wobbel-Fernbedien. (opt.)	· Haltebügel; -ständer (opt.)			

Zubehör bei allen Geräten enthalten:
 → Netzkabel und Betriebsanleitung
 → Trainingsposter mit Galileo Übungen
 → Trainingshandbuch

DIE BEDEUTUNG EINZELNER ANGABEN

FREQUENZ

→ Für diese Angabe gilt: Je größer der Frequenzbereich, desto größer der Anwendungsbereich.

AMPLITUDE

→ Bei dieser Angabe ist zu beachten: Je größer die Amplitude, desto höher die maximal erreichbare Trainingsintensität.



Sitzgeräte	Galileo® Chair
Einstufung	Home
Medizinprodukt	Nein
Zertifikat	CE
Haltemöglichkeit	Ja
Externes Bedienteil	Nein
Internes Bedienteil	Ja
Fernbedienung	Ja
Frequenz (von/bis)	2..20 Hz
Amplitude (von/bis)	0..+/-6 mm
Max. Beschleunigung	9,6 g
Hub	12 mm
Liege-/Sitzfläche (l/b)	480 x 320 mm
Gesamtmaße (l/b/h)	670 x 400 x 520 mm
Gesamtgewicht	28 kg
Max. Belastbarkeit	150 kg
App-Steuerung	Nein
Smart Coaching	Nein
Wobbel-Funktion	Ja
Optionen und Zubehör	

Hantelsysteme	Galileo® Mano 20 Hantel	Galileo® Mano 20 L Hantel	Galileo® Mano 30 Hantel
Einstufung	Semiprofessionell	Semiprofessionell	Semiprofessionell
Medizinprodukt	Nein	Nein	Nein
Zertifikat	CE	CE	CE
Frequenz (von/bis)	5..40 Hz	5..40 Hz	5..40 Hz
Amplitude (von/bis)	2,5 mm (fest)	0..+/-2,5 mm	2 mm
Max. Beschleunigung	16,1 g	16,1 g	12,9 g
Hub	5 mm	5 mm	4 mm
Maße Hantel (l/b/h)	217 x 151 x 46 mm	317 x 151 x 46 mm	280 x 200 x 60 mm
Maße Bedienteil (l/b/h)	250 x 160 x 80 mm	250 x 160 x 80 mm	250 x 160 x 80 mm
Gewicht Hantel	1,1 kg	1,4 kg	2,6 kg
Gewicht Bedienteil	1,9 kg	1,9 kg	1,9 kg
Max. Zusatzgewicht	-	-	5 kg
Bedienteil	Solides Kunststoffgehäuse und Weitbereichsnetzteil mit Eingangsspannungsbereich 100..240 V AC	Solides Kunststoffgehäuse und Weitbereichsnetzteil mit Eingangsspannungsbereich 100..240 V AC	Solides Kunststoffgehäuse und Weitbereichsnetzteil mit Eingangsspannungsbereich 100..240 V AC
Wobbel-Funktion	Ja	Ja	Ja
Optionen / Zubehör	2. Hantel, Fußschalter, Fernbedienung Bedienteil, Wobbel-Fernbedienung	2. Hantel, Fußschalter, Fernbedienung Bedienteil, Wobbel-Fernbedienung	2. Hantel, Fußschalter, Fernbedienung Bedienteil, Wobbel-Fernbedienung, Gewichtsscheiben mit Befestigungsclips

Zubehör bei allen Geräten enthalten:

- Netzkabel und Betriebsanleitung
- Trainingsposter mit Galileo Übungen
- Trainingshandbuch

AUS DER WELTRAUMFORSCHUNG DIREKT INS TRAINING

EINE ERFOLGSGESCHICHTE IN DER RAUMFAHRT

Ein Auszug unserer Projektliste:

2003–2005 u. 2007–2009

Berliner BedRest-Studie 1 u. II (BBR1/BBRII)*

Zentrum für Muskel und Knochen (ZMK),
Berliner Charité

Welche immensen Vorteile Galileo Training für Langzeitastronauten bietet, zeigte das Ergebnis der 1. Studie: Es konnte den Muskel- und Knochenverlust der „terrestrischen Astronauten“ fast vollständig verhindern. In der 2. Studie wurde die Trainingsmethode noch weiter verbessert: Bereits ca. 15 Minuten pro Woche High Intensity Training (HIT) auf Galileo sind ausreichend.

2006–2009

Parabelflugkampagnen (8., 14. und 15.)

Deutsches Zentrum für Luft- u. Raumfahrt (DLR)

Bei der 8. Kampagne des DLR wurde die technische Machbarkeit von Galileo Training bei zukünftigen Marsmissionen nachgewiesen. Bei der 14. Kampagne konzentrierte sich die Forschergruppe auf die Untersuchung der Anpassung von Nervensystemen an seitenalternerende Ganzkörper-Vibration mit Galileo unter Schwerelosigkeit.

2010–2011

Mars-500-Mission

Russische Weltraumagentur Roskosmos
European Space Agency (ESA)
Deutsches Zentrum für Luft- u. Raumfahrt (DLR)

Galileo war mit an Bord der Mars-500-Mission. Das Experiment der russischen Weltraumagentur Roskosmos, der europäischen ESA und des DLR simulierte einen 520 Tage dauernden, bemannten Flug zum Mars und fand mit Ausnahme der Schwerelosigkeit unter realen Weltraumbedingungen statt. Im November 2011 konnte das Projekt erfolgreich abgeschlossen werden.

2012–2015

Toulouse BedRest-Studie**

Institut de Médecine et de Physiologie Spatiales (MEDES-IMPS)

Die 21 Tage dauernde BedRest-Studie der ESA in Toulouse untersucht den zusätzlichen Einfluss von auf das Training abgestimmter Ernährung. Als Trainingsmethode kommt dabei ähnlich wie bei den BBR-Studien eine Variante des Galileo HIT zum Einsatz. Galileo Training ist somit eine der Referenzmethoden der ESA bei Studien für effektives Astronautentraining.

DIE TECHNOLOGIE VON GALILEO® WURDE BEREITS MEHRFACH ERFOLGREICH IN RAUMFAHRTSTUDIEN* ZUM ERHALT VON KNOCHEN UND MUSKELN EINGESETZT.

Es ist ein alter Menschheitstraum, die Gesetze der Schwerkraft zu überwinden und schwerelos zu sein.

Doch in der Praxis führt das zu ernstzunehmenden Folgen. Ohne die auf den Körper einwirkende Schwerkraft baut der Mensch Knochen und Muskeln ab. Um diese Problematik zu erforschen und Lösungen zu erarbeiten, die beispielsweise auf der Internationalen Raumstation ISS oder bei einer Reise zum Mars eingesetzt werden können, engagieren wir uns seit über 10 Jahren. Und

längst wird unsere Technologie auch auf der Erde eingesetzt: Trainingsgeräte im Sport zur Regeneration nach Training und Wettkampf, im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung sowie von vielen Privatanwendern zu Hause, um Muskulatur und damit Knochen zu erhalten oder gar aufzubauen.

*) Literaturliste siehe Seite 47 [2] und [3]

***) Literaturliste siehe Seite 47 [4]

MIT GALILEO® TRAINING GESUND UND FIT

LEISTUNGSSPORT

Im Sport zur Regeneration nach Training oder Wettkampf, zur Verbesserung der Beweglichkeit oder Erhöhung der Leistungsfähigkeit und zum schnelleren Wiedereinstieg nach Pausen.

ELISABETH BRANDAU



Teammanagerin notebooksbilliger.de Team
Deutsche Marathon-Meisterin 2012
Deutsche Vizemeisterin im Cross-Country 2012
Galileo Training im Radsport (MTB, Marathon, Cross Country) zur Vorbereitung auf Wettkämpfe.

CYCLING TEAM HTC - HIGHROAD

Ärztliche Betreuung: Dr. Helge Riepenhof



Galileo Training während Trainingscamps und Rundfahrten zur Regeneration nach Training oder Rennen, Verbesserung der Beweglichkeit und Erhöhung der max. Leistungsfähigkeit der Radfahrer.

LITERATURLISTE

- [1] Item F, Toigo M et al.: Combined Effects of Whole-Body Vibration, Resistance Exercise, and Vascular Occlusion on Skeletal Muscle and Performance.; Int J Sports Med, 32(10):781-7, 2011; PMID: 21870317, GID: 2690
- [2] Rittweger J, Felsenberg D et al.: Prevention of bone loss during 56 days of strict bed rest by side-alternating resistive vibration exercise; Bone, 46(1):137-47, 2010; PMID: 19732856; GID: 2285
- [3] Belavy DL, Felsenberg D et al.: Serum sclerostin and DKK1 in relation to exercise against bone loss in experimental bed rest.; J Bone Miner Metab, 34(3):354-65, 2016; PMID: 26056021; GID: 4356
- [4] Waha JE, Cvrn G et al.: Effects of Exercise and Nutrition on the Coagulation System During Bedrest Immobilization.; Medicine (Baltimore), 94(38):e1555, 2015; PMID: 26402815; PMID: 4527
- [5] Stolzenberg N, Felsenberg D et al.: Vibration or Balance Training on Neuromuscular Performance in Osteopenic Women.; Int J Sports Med., 34(11):956-62, 2013; PMID: 23549694; GID: 3192

GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF), um auch am Arbeitsplatz die Muskulatur zu entspannen oder auch aufzubauen.

Ein Mitarbeiter, der sich wohlfühlt, kann volle Leistung entfalten. Galileo Training lässt sich einfach in den Arbeitsalltag integrieren. Durch ein individuell zusammengestelltes Programm werden in nur 5 bis 10 Minuten zwei- bis dreimal pro Woche die Rücken- und Beinmuskulatur gelockert und gekräftigt. Galileo Training am Arbeitsplatz kann entspannen und die Symmetrierung der Muskulatur unterstützen.

Gerne informieren wir Sie ausführlich über die Anwendungsmöglichkeiten von Galileo Training in der betrieblichen Gesundheitsförderung. Sprechen Sie uns an.

- [6] Bosco C, Viru A et al.: The Influence of Whole Body Vibration on Jumping Performance; Biology of Sport, 15(3):157-164, 1998; GID: 167
- [7] Rittweger J, Ehrig J, Just K, Mutschelknauss M, Kirsch KA, Felsenberg D: Oxygen uptake in whole-body vibration exercise: influence of vibration frequency, amplitude, and external load; Int J Sports Med., 23(6):428-32, 2002; PMID: 12215962; GID: 264
- [8] Ritzmann R, Gollhofer A et al.: The influence of vibration type, frequency, body position and additional load on the neuromuscular activity during whole body vibration.; Eur J Appl Physiol., (113):1-11, 2013; PMID: 22538279; GID: 2968
- [9] Lythgo N, Galea M et al.: Whole-body vibration dosage alters leg blood flow; Clin Physiol Funct Imaging., 29(1):53-9, 2009; PMID: 19125731; GID: 1703
- [10] Rittweger J, Felsenberg D et al.: Treatment of chronic lower back pain with lumbar extension and whole-body vibration exercise: a randomized controlled trial; Spine., 27(17):1829-34, 2002; PMID: 12221343; GIG: 250
- [11] Gusi N, Raimundo A, Leal A: Low-frequency vibratory exercise re-

Für weitere Informationen zur Anwendung von Galileo im professionellen therapeutischen und medizinischen Umfeld sowie im Fitnessbereich fordern Sie unsere Broschüre für Galileo Therapiegeräte mit Medizingerätezulassung oder unsere Broschüre für Galileo Fitnessgeräte an.

Wir beraten sie gerne über unsere umfangreiche Produktpalette und deren auf Sie speziell zugeschnittene Einsatzbereiche.

- duces the risk of bone fracture more than walking: a randomized controlled trial; BMC Musculoskelet Disord., 7:92, 2006; PMID: 17137514; GIG: 338
- [12] Osugi T, Takakuwa M et al.: Effect of a combination of whole body vibration exercise and squat training on body balance, muscle power, and walking ability in the elderly.; Ther Clin Risk Manag, 10(1):131-8, 2014; PMID: 24591837; GID: 3505
- [13] Lee J, Lee K, Song C: Determining the Posture and Vibration Frequency that Maximize Pelvic Floor Muscle Activity During Whole-Body Vibration.; Med Sci Monit, 22(4):4030-4036, 2016; PMID: 27787476; GID: 4267
- [14] Von der Heide, Silke: Klinische Studie über den Einfluss niederfrequenter Schwingungen mittels Galileo 2000 in Kombination mit Physiotherapie zur Behandlung der weiblichen Beckenbodenschwäche; Dissertation, Med. Fakultät Uni Göttingen, 2007
- Weitere Studien die mit Galileo Geräten durchgeführt wurden, finden Sie unter: www.galileo-training.com/lit

5 MIN



DIE IHRE GESUNDHEIT VERÄNDERN KÖNNEN

IN NENNEN

Galileo® 5 Training



Rufen Sie uns kostenfrei an:
Tel.: 0800 70 70 070

E-Mail: info@vplatte.de

Web: www.vplatte.de / www.vhantel.de

WWW.GALILEO-TRAINING.COM Tel.: +49 (0) 7231 154 48-30

Galileo[®] Training



Hergestellt in Deutschland von:



Die Qualität der Galileo Medizin- und Trainingsprodukte wird durch ein vom TÜV zertifiziertes Qualitätsmanagement-System für Medizinprodukte gemäß ISO 13485 überwacht.

Sie werden betreut von:

www.vplatte.de / www.vhantel.de

Rufen Sie uns kostenfrei an:
Tel.: 0800 70 70 070

E-Mail: info@vplatte.de

www.galileo-training.com