

Trainen als een atleet met SKILLMILL van Technogym

Atletische trainingsprestaties op de sportvloer

22 FEBRUARI 2016, AMSTERDAM

SAMENVATTING

Wanneer heeft u voor het laatst ècht intensief getraind? SKILLMILL van Technogym biedt u een serieuze uitdaging om te trainen als een atleet. SKILLMILL zet de toon voor een totaal nieuwe sportproductcategorie: het is het enige niet-gemotoriseerde product dat training van vermogen, snelheid, uithoudingsvermogen en behendigheid combineert.

Wanneer heeft u voor het laatst ècht intensief getraind? SKILLMILL van Technogym biedt u een serieuze uitdaging om te trainen als een atleet. SKILLMILL zet de toon voor een totaal nieuwe sportproductcategorie: het is het enige niet-gemotoriseerde product dat training van vermogen, snelheid, uithoudingsvermogen en behendigheid combineert.

SKILLMILL is de ideale trainingsoplossing voor actieve sporters, professionals en atleten, die elke dag toegewijd trainen om sportprestaties verbeteren. SKILLMILL stelt haar gebruikers in staat om via een geavanceerd display te schakelen van hardlopen zonder weerstand naar hardlopen op hoge snelheid met volledige weerstand.

Als officiële leverancier van vijf Olympische Spelen en als partner van 's werelds beste teams en atleten, heeft Technogym uit eerste hand ervaring opgedaan in de trainingsmethodes en behoeften van duizenden sportkampioenen in meer dan honderd disciplines. Deze ervaring vormt de basis voor de Athletic Performance Training, een nieuwe methode die intensieve workouts creëert om sportprestaties te verbeteren.

Deze nieuwe, zeer effectieve trainingsdiscipline komt tot uiting in SKILLMILL, die prestaties van sportievelingen tot geoefende atleten verbetert door:

- **Groter werkvermogen** – Om effectief te profiteren van de aspecten van vermogen, snelheid, uithoudingsvermogen en behendigheid, ontleent de SKILLMILL zich bij uitstek voor High Intensity Interval Training (HIIT) van de Athletic Performance Training methode.
- **Verbeterde vaardigheden** – SKILLMILL verbetert het vermogen van het lichaam om complexe neuromusculaire bewegingen van de Athletic Performance Training methode uit te voeren; van basale, geleidelijke progressie tot geavanceerde fundamentele bewegingen.
- **Optimale veiligheid** – Het voorkomen van letsels en het vermijden van gezondheidsrisico's, die ontstaan door een slechte houding en verkeerde bewegingen, zijn essentieel voor de Athletic

Performance Training methode. Op het console gevestigde beeldscherm van SKILLMILL worden deze vitale gezondheidsparameters getoond.

SKILLMILL biedt een totaaloplossing voor het trainen van alle energiesystemen van het lichaam, van sprinten tot krachtraining, en is volledig geïntegreerd met Mywellness, het digitale trainingsplatform van Technogym. De oplossing biedt verschillende trainingsprogramma's om de gebruiker te begeleiden en de resultaten te monitoren. Tijdens de training kunnen trainingsparameters live gevolgd worden op het aanwezige console. De trainingsprogramma's worden geactiveerd door de SKILLMILL QR-code te scannen of de Mywellness app te downloaden. Ook ontleent SKILLMILL zich bij uitstek voor sporttraining in groepsverband.



RELEVANTE LINKS



SKILLMILL

<http://www.technogym.com/nl/line/skillmill/>

AFBEELDINGEN





OVER TECHNOGYM

Technogym, opgericht in 1983, is 's werelds grootste internationale leverancier van producten, diensten en oplossingen in de wellness en fitness industrie. Naast een compleet assortiment cardio, kracht en

bewegingsapparatuur biedt Technogym ook netwerkoplossingen en andere programma's. Technogym is met meer dan 2.200 medewerkers, verspreid over 14 vestigingen, vertegenwoordigd in meer dan 100 landen. Wereldwijd zijn meer dan 65.000 wellness centra uitgerust met fitnessapparaten van Technogym, waarop dagelijks ruim 35 miljoen gebruikers trainen. Technogym is official supplier van de meest recente edities van de Olympische Spelen: Sydney 2000, Athene 2004, Turijn 2006, Beijing 2008, Londen 2012 en RIO 2016.



Technogymnewsroom