



## Der Movens 3D Trainer

*Sprunggelenk effektiv therapieren und trainieren!*

Wussten Sie, dass 90% aller Sprunggelenksverletzungen die Außenbänder und die äußere Kapsel betreffen? Eine derartige Verletzung kostet den Freizeit- oder Leistungssportler etwa 25% seiner Einsatzfähigkeit!

Besonders die für den primären Schutz des Gelenkes wichtigen dynamischen Stabilisatoren verloren enorm an Substanz und konnten bisher nicht effektiv und sicher genug aufgebaut werden. Ein hohes Wiederverletzungsrisiko war die Folge!

Der Movens 3D Trainer (dreidimensional) bietet Ihnen die Basis für eine erfolgreiche Rehabilitation der dynamischen Stabilisatoren. Spezifisch wählen Sie unter verschiedenen Bewegungsmustern, durch Ausschalten einzelner Bewegungsrichtungen und dosierbaren hydraulischen Widerstandsgebern, erreichen Sie die minimale bis maximale Belastung. Übrigens der 3D Trainer lässt sich auch bei komplexen Restinstabilitäten des Kniegelenkes wirkungsvoll einsetzen. Auch bei Sprunggelenksarthrose können mit dem Movens 3D Trainer erstaunliche Erfolge erzielt werden.

*Profitieren Sie von 25 Jahren Erfahrung!  
Made in Germany*

## 3-fache Effizienz für Ihre Praxis!

Mit diesem multifunktionalen Trainingsgerät können Fußgelenksbewegungen in drei Dimensionen gegen hydraulischen Widerstand durchgeführt werden.

Der 3D Trainer wirkt der funktionellen Aktivierung der Muskelgruppen schonend, ohne äußeren Lasten entgegen:

- \* in der geschlossenen Bewegungskette
- \* in einer funktionellen Ausgangsstellung
- \* zu keinem Zeitpunkt besteht eine Beeinträchtigung des propriozeptiven Informationsflusses von den Fußrezeptoren
- \* die einzelnen Bewegungsrichtungen (3 Dimensionen – 2 Bewegungsrichtungen) können mit unterschiedlichen Widerständen versehen werden
- \* die Muskulatur des Unterschenkels kann unter Teilentlastung des Körpergewichts gezielt belastet werden.

## Bewegungsmuster

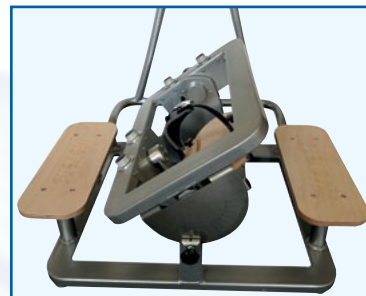
- 1 Plantarflexion/Dorsalextension mit gebeugtem und gestrecktem Kniegelenk
- 2 Inversion/Eversion und Pronation/Supination
- 3 Innen- und Außenrotation im Kniegelenk zur Kräftigung der dynamischen Stabilisatoren nach Kapselbandverletzungen im Kniegelenk
- 4 Innen- und Außenrotation der Hüfte mit gestrecktem Kniegelenk speziell zum Training der Innenrotation bei Hüftarthrosepatienten bzw. zur Nachbehandlung einer Umstellungsosteotomie
- 5 Balanceübungen im Stehen (auch in Verbindung mit einem Zugapparat)

## Funktion

Die Widerstände der drei Bewegungsachsen können separat eingestellt werden, um beispielsweise Plantarflexion/Dorsalextension, Innen-/Außenrotation oder Inversion/Eversion isoliert zu belasten. Kombinierte Bewegungen von beispielsweise Dorsalextension, Eversion und Außenrotation können einfach, effizient und gezielt trainiert werden.

## Technisches

- \* der 3D Trainer kann nur durch aktive Muskelaktivierung aus der Neutrallage heraus bewegt werden
- \* der Drehpunkt der Geräteachsen kann einfach auf den Fußdrehpunkt eingestellt werden
- \* Funktionelle Instabilitäten des Unterschenkels lassen sich mit Hilfe des 3D Trainers wirkungsvoll und rasch verbessern. Die stabilisierende Muskulatur wird rasch und effizient aufgebaut. Besonders in der Rehabilitation nach operativ versorgten Bandrupturen sind mit dem 3D Trainer erstaunliche Therapieerfolge zu erzielen.
- \* Gewicht ca. 38 kg
- \* Maße: Länge: 80 cm Breite: 85cm Höhe: 130cm



Verkaufsbüro Movens Zentrale

Stewafit GmbH  
Blumen Strasse 33/1  
D 71106 Magstadt  
Tel. +49/ 7159 93997 20  
Mobil: +49/ 173 7845029  
E-Mail: [movens@stewafit.de](mailto:movens@stewafit.de)  
[www.movens.fit](http://www.movens.fit)

Vertrieb Movens Österreich

Mag. Andreas Riedl  
Schwanbachgasse 8A  
A 4690 Schwanenstadt  
Tel. +43/ 676 3020111  
E-Mail: [movens@pro-plus.at](mailto:movens@pro-plus.at)

Movens Trainingsgeräte Stammsitz

Josef Mittermaier GmbH & CO.KG – Grasreit 1 – D 83301 Traunreut-Matzing  
Tel. +49-8669-789673 Fax +49-8669-78112 [office@movens-trainingsgeraete.de](mailto:office@movens-trainingsgeraete.de)