

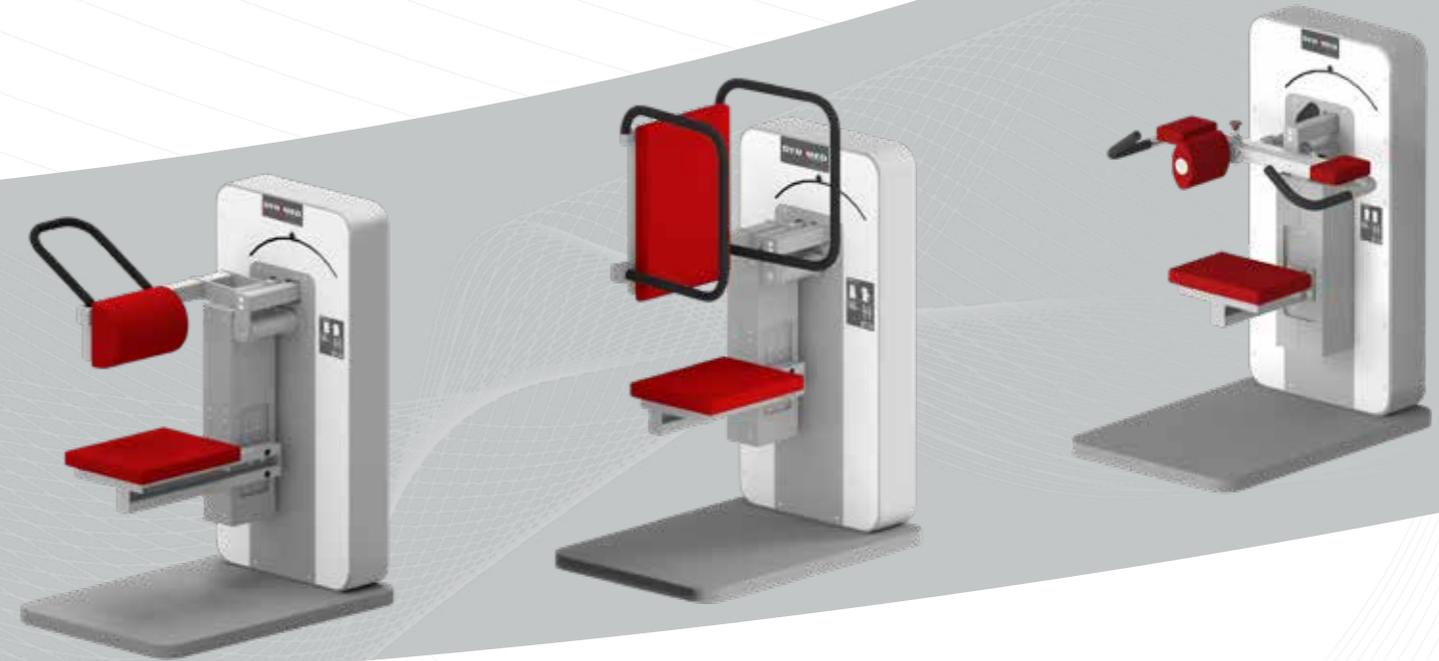
1973 – 2023



IHR KOMPLETTAUSSTATTER FÜR  
PHYSIOTHERAPIE, REHABILITATION  
UND MEDICAL FITNESS

## INTENSA

Back | Front | Side



**Stolzenberg**  
PHYSIO | MEDICAL FITNESS  
seit 1973

**Stolzenberg GmbH**

Dieselstraße 22

D-50374 Erftstadt

Telefon +49 2235 73788

Telefax +49 2235 67871

info@stolzenberg.org

www.stolzenberg.org



Druckfehler vorbehalten. Drucktechnisch bedingte Farbabweichungen möglich.

**DYNAMED**  
Trainingsgeräte

Eine Marke der  
Stolzenberg GmbH



# DYNAMED INTENSA

## Training der tiefliegenden Wirbelsäulenmuskulatur

**INTENSA steht für gezieltes und medizinisch fundiertes Training, das die Rumpfmuskulatur von innen heraus kräftigt.**

Kraft und Ausdauer erhalten wir nur aus einer starken Rumpfmuskulatur. Sie stützt die Wirbelsäule und gibt dem Körper in seiner Mitte echte und nachhaltige Stabilität. Hier setzt die neu entwickelte INTENSA-Gerätelinie an, die sich von anderen Trainingsgeräten grundlegend unterscheidet. INTENSA steht für gezieltes und medizinisch fundiertes Training, das Rücken und Bauch zugleich von innen heraus kräftigt.

### **Das INTENSA-Prinzip beruht auf einer einfachen Idee:**

Während das Training an herkömmlichen Sportgeräten große und oberflächliche Muskeln anregt, nutzen die INTENSA-Geräte die rotatorische Bewegung über geringe Distanzen zur Stimulierung der Muskulatur. Diese Bewegungen trainieren gezielt die kurzen und tief liegenden Muskelfasern, die nah an den Drehpunkten der Gelenke sitzen. Das Resultat ist eine intensive Anregung von Muskeln, die für Stabilität im Zentrum des Körpers sorgen.

Die Umsetzung dieser innovativen Idee, die von Techniken aus der manuellen Therapie und aus der Physiotherapie inspiriert ist, maximiert den Trainingseffekt bei körperbewussten Menschen aller Leistungsstufen. Gelegenheitssportler und Rehabilitationspatienten profitieren von der Arbeit an INTENSA-Geräten ebenso wie ambitionierte Freizeitsportler und Profi-Athleten. Bauchtraining, das nicht nur auf die rein äußerliche Ästhetik setzt, profitiert vom INTENSA-Prinzip genauso wie die intelligente Vorbeugung gegen Probleme der Bandscheiben.

Auf allen drei Geräten der INTENSA-Familie ist die Wirbelsäule beim Training fixiert. Das Rückgrat wird dadurch zum „punctum fixum“, das Becken zum „punctum mobile“ – was bei herkömmlichen Trainingsmaschinen exakt umgekehrt ist.

Die Geräte erreichen so, dass die tief gelegenen Muskeln der Lendenwirbelsäule zielführend und ohne Verletzungsrisiko angeregt werden. Die Bewegungsenergie gelangt – ungebremst von kompensatorischen Gegenbewegungen – genau an die Punkte, an denen sie ihre Wirkung entfalten soll. Der individuell einzustellende Trainingswinkel entscheidet über die Intensität des Widerstandes, gegen den der Körper arbeiten muss.



Artikel-Nr. 33.424  
**INTENSA - Back**

**INTENSA - Back** trainiert die tiefen Rückenmuskeln, insbesondere den Musculus multifidus (vielgefiederter Muskel). Die Hüftextensoren (Hüftstrecker) können dabei – anders als bei anderen Geräten – nicht kompensatorisch tätig werden.

- **Maße:** 118 cm × 97 cm × 145 cm
- Maximale Belastbarkeit: 120 kg
- Motorische Verstellung der Sitzhöhe (Drehpunktanpassung)
- Motorische Verstellung der Neigung (Intensität)
- Gestell: weißaluminium (optional: carbon-grey)
- Schutzverkleidung: Plexiglas weiß (optional: anthrazit)
- Polsterfarbe: siehe Farbkarte



Artikel-Nr. 33.425  
**INTENSA - Front**

**INTENSA - Front** stimuliert die unteren Bauchmuskeln Musculus obliquus externus (äußerer schräger Bauchmuskel) und Musculus obliquus internus (innerer schräger Bauchmuskel). Die Hüftflexoren (Hüftbeuger) können – anders als bei anderen Geräten – nicht kompensatorisch tätig werden.

- **Maße:** 118 cm × 85,6 cm × 175,7 cm
- Maximale Belastbarkeit: 120 kg
- Motorische Verstellung der Sitzhöhe (Drehpunktanpassung)
- Motorische Verstellung der Neigung (Intensität)
- Gestell: weißaluminium (optional: carbon-grey)
- Schutzverkleidung: Plexiglas weiß (optional: anthrazit)
- Polsterfarbe: siehe Farbkarte



Artikel-Nr. 33.426  
**INTENSA - Side**

**INTENSA - Side** widmet sich dem Musculus transversus abdominis (querer Bauchmuskel). Die Hüftabduktoren (Hüftabspreizer) können dabei – anders als bei anderen Geräten – nicht kompensatorisch tätig werden.

- **Maße:** 118 cm × 100 cm × 145,3 cm
- Maximale Belastbarkeit: 120 kg
- Motorische Verstellung der Sitzhöhe (Drehpunktanpassung)
- Motorische Verstellung der Neigung (Intensität)
- Gestell: weißaluminium (optional: carbon-grey)
- Schutzverkleidung: Plexiglas weiß (optional: anthrazit)
- Polsterfarbe: siehe Farbkarte