



MOTomed para una musculatura de espalda fuerte

La mayoría de las molestias de la columna vertebral tienen su origen en la musculatura. Esto significa que los problemas aparecen a causa de una musculatura demasiado débil o bien irregular. A menudo la causa son la falta de movimiento o bien cargas unilaterales. Algún día conducen movimientos cotidianos a un lumbago o hernia discal.

Movimiento regular con el MOTomed ayuda a fortalecer la musculatura postural de la columna vertebral y a prevenir las molestias. Un programa de 4 segmentos especial para la columna vertebral completa y una silla giratoria especial con asidero para la columna lumbar pueden dar un apoyo adicional.



Movimiento para una espalda fuerte

Especialmente el ejercicio activo contra resistencias ajustables (20 marchas de carga) en el entrenador de brazos/cuerpo superior del MOTomed contribuyen al fortalecimiento de la musculatura del torso y de esta forma pueden ayudar a descargar la columna vertebral. El ejercicio con el Programa de Coordinación de 4 Segmentos efectuado con un brazo es especialmente eficaz ya que la musculatura abdominal y de la espalda tienen que estabilizarse para equilibrar el movimiento de giro.

Aliviar crispaciones dolorosas

Dolores frecuentemente tienen su origen en la musculatura tensa. Sobre todo crispaciones consistentes del hombro o la nuca pueden causar dolores crónicos. Los movimientos uniformes del Accionamiento de Relajación MOTomed pueden ayudar a aliviar estas crispaciones y con eso contribuir en el alivio considerable de los dolores.

Consistente y regular

Para poder sentir el efecto del movimiento MOTomed a largo plazo es importante de entrenar regular y consistentemente. El MOTomed posibilita un ejercicio tranquilo en las cuatro paredes de casa, independientemente de viento y tiempo. Los Programas de Motivación MOTomax y TRAMPOLINmax le dan diversión y motivan para un ejercicio regular.

Vea el MOTomed en utilización

Vea nuestros [vídeos de producto](#) o pídenos el [DVD MOTOmed](#) gratuito.

Probar sin compromiso

Convéncase usted mismo del efecto positivo que tiene el ejercicio MOTOmed a su espalda y pruébelo sin compromiso. Cómodamente en su casa. Llámenos bajo el número +49 7374 18-85 o utilice nuestro [formulario de contacto](#).

El equipo de asesoramiento MOTOmed recomienda

[MOTOmed viva2](#)

! En caso de hernias discales agudas o directamente después de una intervención quirúrgica en la columna vertebral, sólo debe entrenar bajo la supervisión de su médico o terapeuta!