

Dr. WOLFF[®]
SPORTS & PREVENTION

BLACKROLL[®]-STATION

Der Faszienzirkel



Foam 
Rolling 2.0[®]

BLACKROLL®-STATION

Gesund und faszinierend: Das Faszienrollen

Von Wissenschaft und Leistungssportlern entdeckt, hat sich das Training mit der Faszienrolle auch bei Freizeitsportlern und in der Therapie etabliert.

Das Training mit der Faszienrolle wirkt in mehrfacher Hinsicht biopositiv. Zu den wichtigen gesundheitsrelevanten Auswirkungen zählen die verbesserte Gleitfähigkeit der Faszien, die funktionelle Optimierung der Kollagenfasern und eine gesteigerte Durchblutung.

Dementsprechend nimmt die Beweglichkeit des Trainierenden deutlich zu. Darüber hinaus kann das Faszienrollen positive Veränderungen bei Rücken- und Gelenkschmerz erzielen und sollte demnach in keinem ganzheitlichen Trainings- oder Therapiekonzept fehlen.

Faszienrollen – auf hohem Niveau!

Ursprünglich wird das Faszienrollen auf dem Boden durchgeführt. Mit dieser Trainingsart sind entscheidende Nachteile vor allem für Anfänger, leistungsschwächere und ältere Personen verbunden. Viele verfügen nicht über eine ausreichende Stützmotorik, die insbesondere beim langsamen Arbeiten mit der Rolle erforderlich ist.

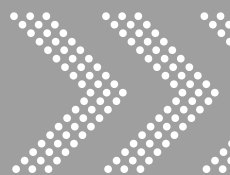
Mit der Entwicklung der Blackroll®-Station findet das Faszienrollen jetzt tatsächlich auf einem höheren Level statt: Nicht mehr auf dem Boden sondern in einer Höhe, in der sich die Übungspositionen bequem, sicher und stabil ausführen lassen.

Aus dieser Innovation ergeben sich zahlreiche Vorteile für das sportliche und therapeutische Faszienrollen. Der Trainierende kann sich deutlich besser auf die Übung konzentrieren, die zu trainierenden Muskeln werden wesentlich vorteilhafter erreicht, die Dosierung des Druckes ist optimiert und es ergeben sich neue, bisher nicht bekannte Übungsvarianten.

Dr. WOLFF®
SPORTS & PREVENTION



BLACKROLL®
.com



BLACKROLL®-STATION

Weg vom Boden –
rauf auf die Rolle!

Die innovative Entwicklung der Dr. WOLFF Blackroll®-Station-Produktlinie macht das Faszirollen deutlich effektiver: Im Stehen, Stütz, Kniestand oder in Rückenlage.

Hieraus resultieren Vorteile, die die Motivation und den Erfolg des Trainings entscheiden:

Foam Rolling 2.0®

- ✓ Verbesserte Stabilität in der Bewegungsausführung
- ✓ Gesteigerte Bewegungsqualität
- ✓ Sehr gute „Dosierung“ des Rollendrucks
- ✓ Perfekte Kontrolle bei langsamem, lokal gezieltem Rollen
- ✓ Hoher Trainingskomfort



Dr. WOLFF®
SPORTS & PREVENTION
BLACKROLL®-STATION

Die Kooperation zweier
erfolgreicher Marken bringt ein
starkes neues Konzept hervor:

Die Blackroll®-Station

BLACKROLL®-STATION

DER FASZIENZIRKEL

Faszienrollen in Perfektion

So komfortabel und wirkungsvoll erlebt man heute das Faszienrollen: Jetzt werden die verschiedenen Modelle der Blackroll® individuell justierbar auf die richtige Trainingshöhe gebracht. Vier innovative Geräte bieten das einzigartige Trainingsangebot für alle wichtigen Muskelbereiche, wie Rücken (HWS, BWS, LWS), Arme, Beine und Gesäß.

Erste Hilfe bei Rückenschmerz: Die Schmerzpunkt-Selbstmassage für Rücken und Gelenke

Die aktuelle Wissenschaft lehrt: unsere Faszien sind mit zahlreichen und unterschiedlichen Rezeptoren wie auch Schmerzrezeptoren ausgestattet. Diese werden u. a. bei Verspannungen, Rücken- und Gelenkschmerz aktiv. Vermitteln Sie Ihren Kunden im Dr. WOLFF Faszienzirkel die »faszinierende« Wirkung der Schmerzpunkt-Selbstmassage für Rücken und Gelenke: einfach und effizient.

Faszienrollen im Sport: Turbo für mehr Beweglichkeit und schnelles Relaxieren

Neben dem therapeutischen Anwendungsbereich erzielt das Faszienrollen erstaunliche Ergebnisse beim Beweglichkeitstraining und in der Erholungsphase nach intensivem Training. Daher wird das Faszienrollen mit gezieltem Beweglichkeitstraining kombiniert und führt zu deutlich verbesserter Flexibilität. Nach dem Training sorgt der Faszienzirkel für schnelle Erholung und Entspannung.



VARIO 412

Perfektion in Design und Variabilität

Ob als Einzelstation oder im Dr. WOLFF Faszienzirkel: Mit der Blackroll®-Station *Vario* wird das Fasziengeroll in einer einzigartigen neuen Form zelebriert.

Die Kombination aus ergonomischem Designhandlauf, weiteren zusätzlichen Griffen und der höhenverstellbaren Fasziengerolle ergibt ein Übungsangebot, das es in dieser Effizienz bisher nicht gab: Foam Rolling 2.0!

Der *Vario* im Dr. WOLFF-Faszienzirkel: bequem und spürbar wirkungsvoll für Übungen der rückwärtigen Bein- und Wadenmuskulatur sowie dem Tractus.

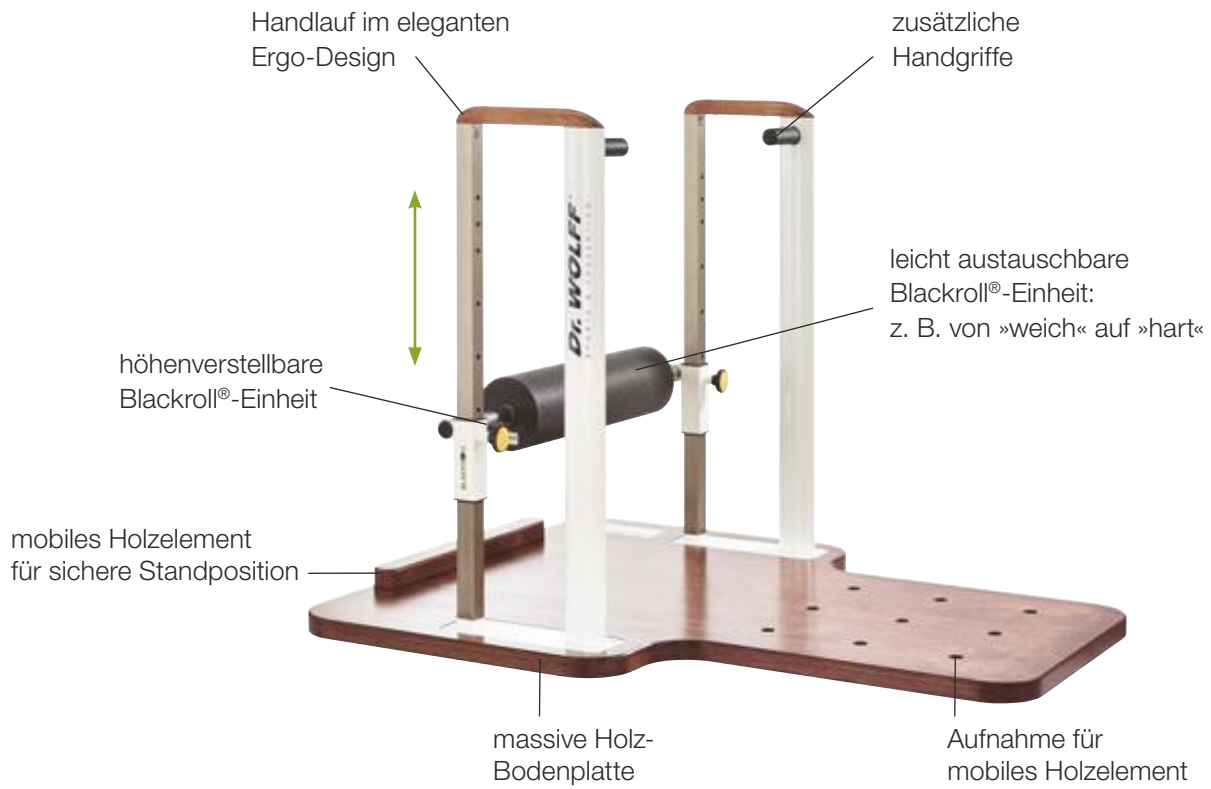
Der *Vario* als Einzelstation: Über 50 Übungen für das Fasziengeroll, Mobilisations-, Stabilisations- und Krafttraining.

VORTEILE

- höhenverstellbare Blackroll®-Einheit
- einfach und schnell austauschbare Blackroll®-Einheit, z. B. von »weich« auf »hart«
- Bodenstecksystem für Fußsicherung
- unterschiedliche Griff- und Stützpositionen

Foam
Rolling 2.0[®]





Blackroll®-Station VARIO Übungsbeispiele (aus insgesamt ca. 50 Übungen)

FASZIENROLLEN



Hinterer Oberschenkel



Adduktoren



Wade



Tractus

STABILISIEREN



Brücke



Standwaage

MOBILISIEREN



Oberkörperstreckung/Hüfte



Hüfte/Vorderer Oberschenkel

BLACKROLL®-STATION

LAT & ARM 413

Zielgerichtetes Faszienrollen mit breiter Rolle im aufrechten Stand für Latissimus, Unterarmflexoren und -extensoren, Trizeps, Bizeps, Deltoideus. Zur Vorbeugung von Verspannungen durch Bildschirmarbeit, »Tennisarm«, etc.



BACK & NECK 416

Einzigartig und von Dr. WOLFF weiterentwickelt: Blackroll® Duoball und Blackroll® Ball werden jetzt höhenverstellbar und drehbar gelagert. Ideal für punktgenaue Schmerzpunkt-Selbstmassage des Rückens im Bereich der HWS, BWS und LWS.



LEG 414

Sie haben die Wahl: Sicher im Stütz dank ergonomischer Handgriffe oder im komfortablen Ellenbogen-Stütz auf weichem Polster. Beides sichert ein millimetergenaues Faszienrollen der vorderen Oberschenkel und des Tibialis – ob schnell oder »genussvoll« langsam, einbeinig oder beidbeinig.



BLACKROLL®-STATION



VARIO 412

Aufstellmaß: B 120 x T 150 x H 103 cm



LEG 414

Aufstellmaß: B 80 x T 150 x H 60 cm



LAT & ARM 413

Aufstellmaß: B 120 x T 150 x H 190 cm



BACK & NECK 416

Aufstellmaß: B 120 x T 150 x H 190 cm

 CE nach Richtlinie für Medizinprodukte 93/42/EWG

Dr. WOLFF® Blackroll®-Station VARIO, LEG, LAT & ARM, BACK & NECK sind rechtlich geschützt.

Dr. WOLFF®
SPORTS & PREVENTION

Dr. WOLFF Sports & Prevention GmbH
Postfach 2767 · 59717 Arnsberg · Germany
Tel. +49 2932 47574-0 · Fax -44
info@dr-wolff.de · www.dr-wolff.de