Dynamed System 2.0

Gesundes Training mit System

Dynamed System 2.0

Gesundes Training mit System

Das Dynamed System 2.0 ist ein intelligentes Trainingssteuerungs- und Dokumentationssystem für Muskelaufbau- und Cardiotraining.

Alle Dynamed-Trainingsgeräte sind mit dem Dynamed System 2.0 kombinierbar.
Das System gibt dem Trainierenden Hinweise zur Einstellung des Gerätes und zum Trainingsplan. Außerdem wird direkt am Gerät über die große und übersichtliche Feedbackanzeige die Trainingsgeschwindigkeit und das Bewegungsausmaß vorgegeben. Die Dokumentation aller notwendigen Informationen über den Trainingsverlauf dienen als Nachweis für Kostenträger, Therapeuten und Ärzte und fördern gleichzeitig die Motivation des Patienten, da der Trainingserfolg sofort am Display erkennbar ist. Der Datenaustausch zwischen Trainingsgerät und Dynamed System 2.0 ist ohne aufwendige Verkabelung möglich.

Intelligente Steuerung

In Kombination mit dem Dynamed System 2.0 steht dem Benutzer ein intelligentes Trainingssteuerungssystem zur Verfügung.
Es lassen sich die Vorgaben des Therapeuten optimal umsetzen, alle Trainingseinheiten werden dokumentiert und die Patienten werden durch Auswertungen mit leicht verständlichen Aussagen motiviert.
Am Ende des Trainings am jeweiligen Gerät erfolgt eine Abfrage des subjektiven Belastungsempfindens. Der Trainierende trägt hier aktiv zur Trainingssteuerung bei.

Das System arbeitet mit einem externen PC, je einem Display pro Gerät und einer Chipkarte mit allen relevanten Daten des Trainierenden. (ohne Verkabelung)

Chipkarte

Der Schlüssel zu den Geräten:

- für alle Dynamed-Kraftgeräte und -Cardiogeräte
- speichert alle Trainingsvorgaben und archiviert Trainingsergebnisse
- beim Check-out werden alle Daten auf dem PC übertragen
- nicht personenbezogen und kann für beliebig viele Patienten / Trainierende verwendet werden.
- weitere Einsatzmöglichkeiten nach Absprache

Dynamed System Kraft

Nachdem sich der Trainierende mit der Chipkarte am Dynamed-Display angemeldet hat, erhält er über das Display alle Einstellungsparameter des Gerätes: Geräteeinstellung, Anzahl der Wiederholungen, Vorgabe des Gewichts und vieles mehr.

Über die große und übersichtliche Feedbackanzeige erhält der Trainierende ständig Rückmeldung, ob die vom Therapeuten / Trainer vorgegebene Trainingsgeschwindigkeit und das Bewegungsausmaß eingehalten werden.
Die Wiederholungen, Sätze und die Pause zwischen den Sätzen werden ebenfalls im Display angezeigt.

Am Ende des Trainings an einem Gerät wird in einer Kurzauswertung die Trainingsqualität angezeigt und das subjektive Belastungsempfinden abgefragt. Die Trainingsinformationen werden auf der Chipkarte gespeichert.

- intelligente Programme, abgestimmt auf Trainingsziele und Zielgruppen
- Programm für Zirkeltraining
- automatische Gewichtsanpassung nach Leistungssteigerung
- visualisierte Übungsdurchführung
- Bewegungsqualität wird als Ergebnis ausgewertet
- große und übersichtliche Feedbackanzeige mit allen relevanten Informationen für den Patient / Trainierenden
- netzunabhängige Stromversorgung
- unabhängig von der Software ist das Quickstart- und Powertraining möglich

Parameter beim Krafttraining:

- Anzahl der Sätze und Wiederholungen
- Gewicht
- Bewegungsausmaß
- Geschwindigkeit
- Pause zwischen den Sätzen
- maximale Herzfrequenz

Geräte der Dynamed-Serie können jederzeit mit dem Dynamed System 2.0 nachgerüstet werden.

Software

Alle Personen- und Trainingsdaten, Trainingspläne und Statistiken werden in einer Datenbank abgelegt und lassen sich über eine komfortable Benutzeroberfläche, der Dynamed-Software, verwalten.

Sie können für jeden Trainierenden individuelle Trainingspläne erstellen oder auf vorhandene verweisen. Trainingspläne können so gespeichert werden, dass sie beliebig vielen Personen zugeordnet werden können. Die Bewegungsqualität wird mit dem Trainierenden am Trainingsgerät festgelegt.

Entscheidend für den Trainingserfolg ist die Einhaltung der Bewegungsqualität. Beim Einlesen der Karte werden die Trainingsergebnisse dokumentiert und können in verschiedene Ergebnisdarstellungen anschaulich ausgewertet werden. Mit Hilfe der umfangreichen Auswertungen haben Sie eine optimale Kontrolle über die Einhaltung der Bewegungsqualität von jedem Trainierenden.

Über das Dynamed System 2.0 erstellen Sie die Chipkarte für den Trainierenden. Die Chipkarte lässt sich für alle Dynamed-Kraftgeräte und Cardiogeräte nutzen. Die Karte ist nicht personenbezogen und kann für beliebig viele Patienten / Trainierende verwendet werden. Beim Check-out werden alle Daten auf dem PC gespeichert.

Software für alle Anwendungen:

- Dynamed Kraftgeräte
- Dynamed Cardiogeräte
- Dynamed Iso-Check

Sie erstellen maßgeschneiderte Traininingspläne im Handumdrehen oder nutzen bereits gespeicherte Trainingsplanvorgaben.
Zusatzübungen (Dehnen, Funktionsgymnastik) lassen sich problemlos in den Trainingsplan integrieren.

DYNAMED Med. Trainingstherapie

Trainingssteuerung

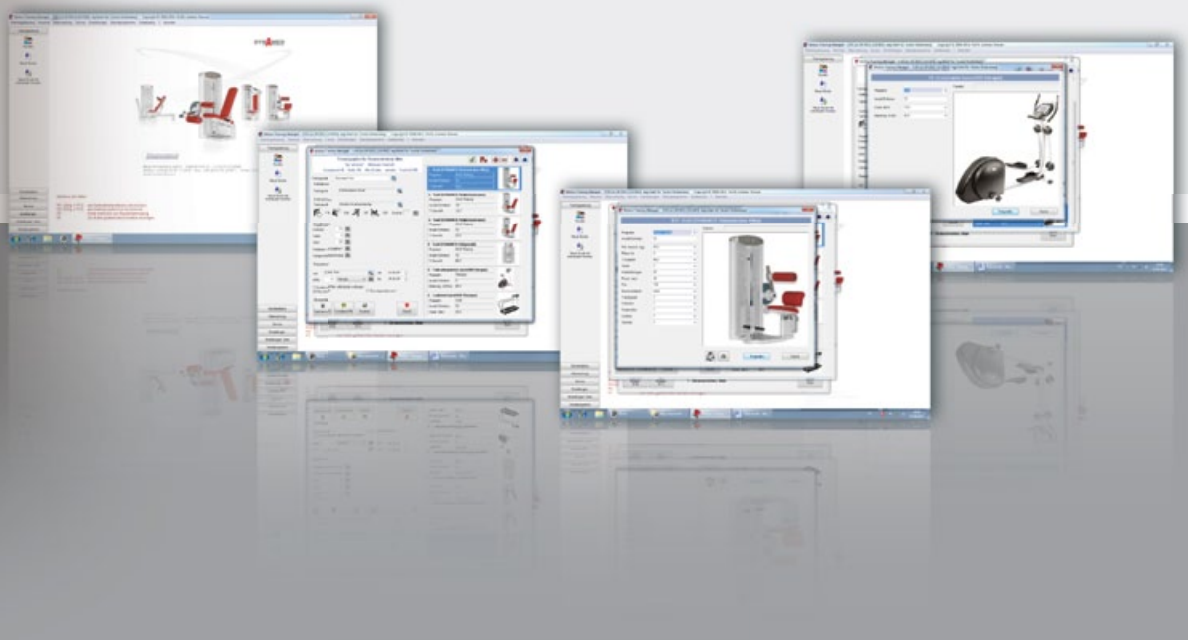
- Vereinfachung der Gerätebedienung
- Umsetzung der Vorgabe des Trainers / Therapeuten
- Schutz vor falscher Belastung des Patienten
- individuelle Betreuung mehrerer Kunden

Trainingsdokumentation

- exakte Dokumentation jeder Trainingseinheit
- Bereitstellung von Informationen für Ärzte, Therapeuten und Kostenträger
- Motivation der Patienten durch Dokumentation der Trainingserfolge
- Aufzeigen der Probleme bei fehlendem Erfolg

Motivation

- Motivation der Trainierenden durch spezielle Auswertungen mit leicht verständlichen Aussagen
- schnelle und intuitive Bedienbarkeit besonders für Trainingseinsteiger und ältere Patienten



Dynamed-System Cardio

Mit dem Dynamed System 2.0 testen und steuern Sie Ihre Patienten auch im Cardiobereich.
Die Dynamed Cardiogeräte sind serienmäßig mit einem Chipkartenleser ausgestattet.
Jeder Trainierende meldet sich mit seiner Chipkarte am Gerät an und das vom Therapeuten / Trainer zugewiesene Trainingsprogramm wird automatisch gestartet.
Jede Trainingseinheit wird auf der Chipkarte gespeichert und kann später ausgelesen werden.
Die Datenübertragung funktioniert ohne Verkabelung über die Dynamed-Chipkarte.

Cardiotraining:

- Zielpulsprogramm
- Kraftprogramm
- Therapieprogramm
- Intervall-Training
- maximale Herzfrequenz
- exaktes dokumentieren jeder Trainingseinheit
- Umsetzung der Vorgabe des Trainers / Therapeuten
- Schutz vor falscher Belastung des Patienten

Vom Test zum Training

Die Grundlage der Trainingsplanung im Cardiobereich bildet der submaximale IPN-Test.
Der Ergometer-Test wird anhand individueller Angaben (Alter, Geschlecht, Gewicht, Trainingshäufigkeit, Ruheherzfrequenz) und auf der Grundlage des individuellen Testziels / Abbruchkriteriums (aerobe Kapazität) durchgeführt.
Gemessen wird die hierbei aerob erreichte Leistung in Watt pro Kilogramm Körpergewicht, ohne dass dabei eine Ausbelastung erforderlich wird. Die gemessene aerobe Leistungsfähigkeit wird mit einer alters / geschlechtsspezifischen Norm-Soll-Leistungstabelle verglichen.
Diese Bewertung stellt ihrerseits die Grundlage für die Festlegung der Trainingsherzfrequenzen für das jeweilige aerobe Ausdauertraining bzw. das Fettstoffwechseltraining dar.

IPN Test:

- Testmöglichkeit mit Fahrradergometer
- Pulserholung
- Bewertung des aktuellen Trainingszustandes
- Verlauf des Belastungstests direkt auf dem Bildschirm
- exakte Dokumentation jedes Tests

DYNAMED
Med. Trainingstherapie

Der Ablauf

1

1. Herzlich Willkommen
Mit nur wenigen Clicks ist ein Neukunde im Dynamed-System angelegt und die wichtigen Parameter eingegeben.

2

2. Individuelle Trainingsplanerstellung
Sie erstellen maßgeschneiderte Trainingspläne im Handumdrehen. Als Planungsgrundlage dient eine ausführliche Anamnese. Cardio- und Krafttests bieten zusätzliche Informationen zur optimierten Trainingsplanerstellung. Anamnese und Tests werden über das Dynamed-System gesteuert.

3

3. Cardiotraining / Aufwärmen
Sicherheit beim Training!
Das Aufwärmen erfolgt an Dynamed-Cardiogeräten. Auf der Chipkarte sind alle Trainingsrelevanten Informationen gespeichert: Zielherzfrequenz, Trainingszeit, Belastung.

4

4. Krafttraining
Perfekte Betreuung!
Der Patient erhält über das Display alle Einstellungsparameter des Gerätes und die Biofeedbackanzeige gibt ihm ständig Rückmeldung, ob die vom Therapeuten / Trainer vorgegebene Trainingsgeschwindigkeit und das Bewegungsausmaß eingehalten werden.
Am Ende des Trainings an einem Gerät wird in einer Kurzauswertung die Trainingsqualität angezeigt und das subjektive Belastungsempfinden abgefragt.

5

5. Dehung / Funktionsgymnastik
Zusatzübungen (Dehnen, Funktionsgymnastik) lassen sich problemlos in den Trainingsplan integrieren.

6

6. Dokumentation
Beim Auslesen der Karte am Ende des Trainings werden die Trainingsergebnisse dokumentiert und können in verschiedene Ergebnisdarstellungen anschaulich ausgewertet werden.

DYNAMED
Med. Trainingstherapie

System 2.0

Stolzenberg
PHYSIO | MEDICAL FITNESS

Herstellung & Vertrieb
Klaus Stolzenberg GmbH
Dieselstraße 22
50374 Erftstadt
T 0 22 35 - 71 84 9
F 0 22 35 - 67 87 1
info@stolzenberg.org
www.stolzenberg.org

Druckfehler und Änderungen vorbehalten.