



# Ultimateinstability

---

מימד חדש באימון הפונקציונלי





## לשפר את התנועה באמצעות חוסר יציבות

החיים שלנו דינמיים ומשתנים ללא הרף, אנחנו שואפים להסתגל במהירות למצבים חדשים ולרוב התנועות שלנו במרחב נוצרות מתוך אינסטינקט או צורך בסתגלות.

כדי להתמודד עם שינויי התנועה במסגרת האימונים וחיי היום-יום, אנחנו מזמינים אתכם להכיר את שיטת Ultimateinstability - אימון פונקציונלי שלוקח אתכם למימד חדש. האימון מתבסס על חוסר היציבות והפרעה לתנועה כגורם שיסייע לכם לשפר את התנועה והתפיסה המרחבית.

האימון דינמי ומותאם למתאמן או המטופל על ידי הגברת מיקוד והקשבה לגוף ולתנועתיות המסייעת בשמירה או השבת שיווי המשקל גם כאשר אנו בתנועה. שיטת Ultimateinstability מסייעת לחזק אתכם, להגביר את היציבות ולשפר את השליטה בתנועה.

**שיטת Ultimateinstability** מבוססת על ערכי ליבה של שיפור ביצועים, חיזוק השריר, שיפור שיווי משקל וזריזות. מטרת השיטה היא שינוי התפיסה לגבי תנועה ושיווי משקל דווקא באמצעות חוסר יציבות.

**שיטת Ultimateinstability** נוסדה בשנת 2013 על ידי פול ונר, מאמן מוביל לשיפור ביצועים בספורט המקצועי. במסגרת עבודתו עם ספורטאים מובילים ברמה העולמית, פיתח ונר שיטת אימון ייחודית המבוססת על חיפוש אחר מציאת היתרון המוביל לביצועים אופטימליים ושיפור תהליך למידת התנועה. בעזרת צוות מיומן ומקצועי, עוסק ונר בפיתוח מוצרים חדשניים, תרגילים ושיטות אימון ייחודיות.

**שיטת Ultimateinstability** מאפשרת יצירת אתגרים בתרגולים שגרתיים בדומה להתמודדות עם חוסר שיווי משקל בהליכה על מדרכה משובשת או היתקלות בהולכי רגל נוספים. בנוסף, השיטה מסייעת לספורטאים מקצועיים להתמודד עם שינויים בלתי צפויים, כגון היתקלות בספורטאים אחרים או שינויים סביבתיים בתחרויות.



# מוצרי Ultimateinstability

## תיקי מים Aquabag

תיקי המים משמשים אתלטים מקצועיים ומסייעים בשיפור מוטוריקה גופנית ותנועתית וביצועים במקצועות ספורט המבוססים על כח מתפרץ וחוזק ליבה



- ניתן למלא את התיקים במים ובאוויר בצורה קלה ונוחה על-פי דרגת המשקל בה אתם מעוניינים לתרגל
- החומר ממנו עשוי Aquabag הינו איכותי ביותר ומתאים גם לעבודה בתנאי חוץ
- לתיקי Aquabag מספר מקומות אחיזה המאפשרים את שילובם במגוון רחב של תרגילים

תיקי המים Aquabag מגיעים ב-3 גדלים : קטן/ בינוני/ גדול



## כדורי מים Aquaball

לכדורי Aquaball אפשרויות שימוש מגוונות ופשוטות המסייעות בבניית כושר אתלטי, שיפור שיווי המשקל והאצת תהליכי שיקום שרירים



- רצועות האחיזה של הכדורים משמשות במגוון רחב של תרגילים, החל מתרגילים פשוטים לשיפור ועד תרגילים מתקדמים לשיפור ביצועים וכח מתפרץ
- הכדורים מיועדים לספורטאים מתחילים ומתקדמים המעוניינים לאתגר את האימונים שלהם
- את הכדורים ניתן למלא במים ובאוויר בצורה קלה ונוחה על-פי דרגת המשקל בה אתם מעוניינים לתרגל
- החומרים מהם עשויות כדורי Aquaball הינם איכותיים ביותר ומתאימים גם לעבודה בתנאי חוץ

כדורי Aquaball מגיעים ב-3 גדלים: קטן / בינוני / גדול



## אפוד Hydrovest

אפוד מים חדשני המזניק את אימוני הכושר למקסימום ומסייע לכם לפרוץ את גבולות האימון!

- האפוד יסייע לכם לשפר את היציבות והדינמיות בביצועי ספורט ובחיי היום-יום
- מגוון התרגילים הניתנים לביצוע עם האפוד מסייעים בשיפור תהליכי למידה של דפוסי תנועה ומוטוריקה גופנית ותנועתית
- מבנה האפוד יכול להתאים לכל רמות המתאמנים והאימונים, החל מטיפול שיקומי לאחר פציעות אגן/ירך ועד לאימוני כושר מתקדמים של ספורטאים פעילים







ultimateinstability™

לפרטים נוספים ורכישה :  
דין דיאגנוסטיקה בע"מ

---

שירות לקוחות - 1800-333-636  
[www.dynstore.co.il](http://www.dynstore.co.il) | [www.dynotc.co.il](http://www.dynotc.co.il)

**DYN STORE**  
חנות האונליין של דין דיאגנוסטיקה

