

# ThoraxTrainer - Ski-ergometer

“Verdens hårdeste sportsgren kan nu dyrkes indendørs”. Med disse ord blev ThoraxTrainer® introduceret under verdens største sportsmesse ISPO i år, hvor ThoraxTrainer® vandt prisen “Brand New Award”.

ThoraxTrainer® er en skimaskine/skiergometer, der på enestående vis er i stand til at simulere langrend. ThoraxTrainer® er det første og det eneste Ski-ergometer, der er i stand til at overføre bevægelsen fra langrend og fornemmelsen af at stage i sneen.

ThoraxTrainer® er en dansk opfindelse. Idémændene bag opfindelsen er professionelle skiløbere, der oprindeligt ønskede at bringe langrendssporten indendørs. ThoraxTrainer er dog så effektiv at mange andre professionelle sportsudøvere har taget metoden til sig og bruger ThoraxTrainer® i deres forberedelser til store konkurrencer samt til optimering af deres teknik, idet ThoraxTrainer® som én af få træningsmetoder styrker din core muskulatur og dermed din stabilitet, samtidig med styrke, kondition og udholdenhed. Triatleter, svømmere, cykelryttere og boksere anvender allerede træningsmetoden i dag, som et effektivt værktøj i deres træningsforberedelser.

ThoraxTrainer® er også for alle, der bare ønsker at være i god form, øge forbrændingen og øge muskelstyrken, hvilket gør at ThoraxTrainer nu har fundet vej til træningscentre både som selvstændig cardio træning eller i kombination med indendørs cycling, roing, løb og skydning. Denne kombinationstræning tilbyder helt unikke træningskoncepter, der styrker over- og underkrop på én gang og forbedrer koncentrationen. Træningskoncepterne Ski 'n' Bike, Ski 'n' Row, Ski 'n' Run og Ski 'n' Shoot skaber målbare resultater hurtigere og mere effektivt end traditionel gruppetræning.

ThoraxTrainer® bruges også i Fysioterapi centre i genoptræningen af f.eks knæ- og rygopererede patienter. ThoraxTrainer® er meget skånsom for knæ og ryg og den koncentrerede core træning bringer patienternes mobilitet hurtigere tilbage.

ThoraxTrainer® tilbyder helt nye træningsmuligheder for handicappede, hvor især kørestolsbrugere og blinde har fået unikke muligheder for at træne på lige fod med ikke handicappede. ThoraxTrainer® blev brugt under de paraolympiske vinterlege i Vancouver i 2010 af atleterne i deres forberedelse til konkurrencerne.

Læs mere om ThoraxTrainer® på [www.thoraxtrainer.com](http://www.thoraxtrainer.com), og se videoer og fotos på Youtube og Facebook.