h/p/cosmos®

dms
dynamic movement skills

laufen sie der zeit voraus!®

was ist dms?

Was ist DMS?

Dynamic Movement Skills (DMS) ist eine innovative und moderne Trainingsmethode für Kinder und Erwachsene. DMS entwickelt, präzisiert und optimiert motorische Fähigkeiten, Koordination, Agilität und Schnelligkeit.

Dynamic Movement Skills ist eine Trainings- und Rehabilitationsmethode, die sowohl das Zentrale Nerven System (ZNS), als auch das Periphere-Nerven-System (PNS) stimuliert. Dadurch werden neuromuskuläre Effizienz und motorische Bewegungsmuster verfeinert und geformt.

Die umfassend entwickelten und ausgereiften Trainingspläne steigern die motorischen Fähigkeiten sowie Balance, Rhythmus, Koordination und Beweglichkeit. Außerdem helfen sie bei der neuromuskulären Rehabilitation oder nach einer Verletzung das Vertrauen und die Sicherheit in bestimmte Bewegungen, wiederzugewinnen und zu stärken.

Es gibt drei Trainingskonzepte von DMS:

- DMS Rehabilitation: Wiedererlernen von Bewegungsabläufen
- DMS Speed: Geschwindigkeits – und plyometrisches Training
- DMS Kids: Kids Movement - Bewegung für Kinder

[cos101622]

DMS KINDER System

geeignet für Kinder zwischen 5 und 11 Jahren. Es fördert, verbessert und verfeinert die motorischen Fähigkeiten, Koordination, Schnelligkeit, Balance und Körperkontrolle und hilft somit diese für alle sportlichen Aktivitäten wichtigen Komponenten weiterzuentwickeln.

[cos101754]

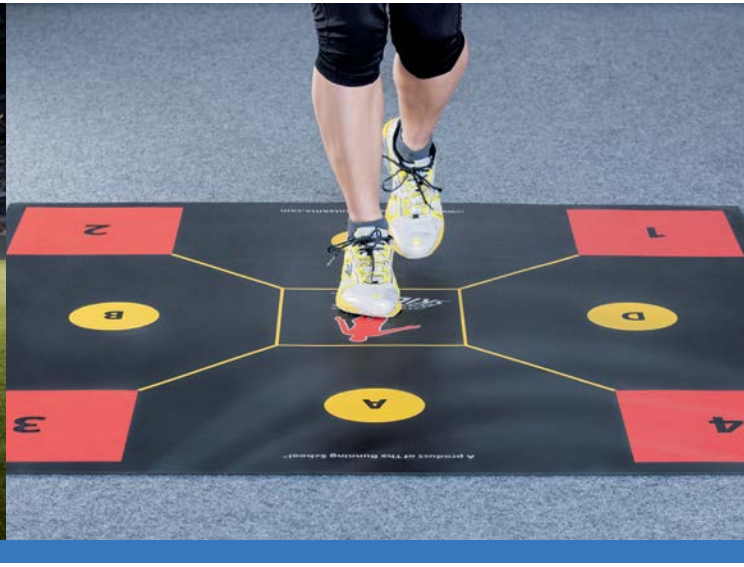
DMS JUGEND System

geeignet für 12- bis 16-jährige. Das DMS JUGEND System verbessert die motorischen Fähigkeiten und steigert Geschwindigkeit und Reaktionsfähigkeit, Koordination, dynamische Balance und Körperkontrolle.

[cos101755]

DMS Pro System

geeignet für Elitesportler im Fußball, Handball, Basketball und in vielen anderen Sportarten. Training mit dem DMS PRO System führt zu Verbesserungen in Agilität, Koordination, Geschwindigkeit und Explosionsfähigkeit. Es ermöglicht ein multidirektionales Training und hilft die neuromuskoläre Ermüdung zu verzögern.

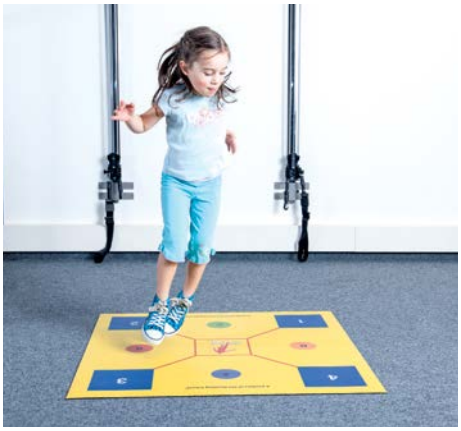


DMS Speed

Das DMS-Training steigert die neuromuskuläre Effizienz und den vom Zentralen Nerven System (ZNS) festgelegten Geschwindigkeitsbereich. Dadurch wird die Schnelligkeit der Muskeln und der motorischen Einheiten verbessert.

Verbesserungen werden erreicht in:

- Explosivität
- Schnelligkeit
- Dynamik
- Agilität
- schnelle Richtungswechsel
- Rumpfstabilität
- Bewegungseffizienz
- Verletzungsprävention



DMS Kinder

Nicht jedes Kind erlernt bestimmte Bewegungen auf die gleiche Weise. Es ist aber sicher, dass sich die motorischen Fähigkeiten jedes Kindes mit dem richtigen Training und der richtigen Methode verbessern. Das DMS System bietet für Kinder die bestmögliche Vorbereitung auf den Wettkampfsport, indem es, auf ihr Leistungslevel abgestimmt, ihre motorischen Fähigkeiten mithilfe der vorgefertigten DMS-Programme verbessert und verfeinert.

Verbesserung und Optimierung von:

- motorischen Fähigkeiten
- Balance und Koordination
- Körperkontrolle
- Konzentrationsfähigkeit

DMS Rehabilitation

Mithilfe von DMS wird versucht bestimmte Bewegungsmuster, die nach einer Verletzung oder einer Operation unterbrochen oder gestört sind, wiederzuerlernen oder umzustrukturieren, indem die betroffenen Nervenbahnen stimuliert werden.

Das Reha-Modul wird angewandt bei

- Funktionalen Bewegungsstörungen
- Neurologischen Problemen
- Sturzprävention von Senioren

Anwendungsgebiete

- Aktivierung und Rekrutierung von Muskeln
- Verzögerung der neuromuskolären Ermüdung
- Neuromuskuläre Stimulation
- Wiedererlernen von Bewegungen nach Verletzungen oder Operationen
- Modifizierung von funktionalen Bewegungen

DMS®	bestellnummer	preise netto
DMS®-Dynamic Movement Skills-Matten + DVD PRO 10 DMS® Trainingsmatten mit Lehr-DVD	cos101622	3.620,00 €
DMS®-Dynamic Movement Skills-Matten + DVD JUGEND 10 DMS® Trainingsmatten mit Lehr-DVD	cos101754	2.710,00 €
DMS®-Dynamic Movement Skills-Matten + DVD KINDER 10 DMS® Trainingsmatten mit Lehr-DVD	cos101755	2.100,00 €
DMS® Zusatzmatte PRO, 1 Stück	cos101758	300,00 €
DMS® Zusatzmatte JUGEND, 1 Stück	cos101757	240,00 €
DMS® Zusatzmatte KINDER, 1 Stück	cos101756	180,00 €
DMS®-Dynamic Movement Skills Matte PRO 1 DMS® Matte mit DVD	cos101622i	480,00 €
DMS®-Dynamic Movement Skills Matte JUGEND 1 DMS® Matte mit DVD	cos101754i	300,00 €
DMS®-Dynamic Movement Skills Matte KINDER 1 DMS® Matte mit DVD	cos101755i	250,00 €
DMS® Zertifizierungskurs für bis zu 5 Trainer	cos101759	1.950,00 €

Mike Antoniades

DMS ist ein Produkt von The Running School®. Das Konzept wurde von Mike Antoniades, einem der innovativsten Trainer in Großbritannien entwickelt.

Mike ist ein hoch angesehener Performance & Rehabilitationstrainer, der mit tausenden von Athleten und Profi-Sportteams in den vergangenen 30 Jahren in Großbritannien, Europa und den USA gearbeitet hat.

Mike ist auch Partner von h/p/cosmos® im speedlab® Konzept.

DMS® ist eine eingetragene Marke von Mike Antoniades.

DE: Alle Preise sind netto, EXW (ex works) ab h/p/cosmos Werk Deutschland, in EURO. Die Preisliste ist gültig vom 01.04.2014 - 31.12.2014 nur in Deutschland. Preise im Ausland können bedingt durch Zusatzkosten signifikant abweichen. Transport, Verpackung, UST, Einfuhrsteuern, Zollgebühren, Installation und Einweisung sind nicht im Preis enthalten.
EN: All prices net, EXW (ex works) h/p/cosmos factory Germany, in EURO. Valid from 01.04.2014 until 31.12.2014 only for Germany. Prices in other countries can vary significantly.
Transport, packing, VAT, import taxes, custom duties, L/C and bank fees, installation and instruction are not included.

h/p/cosmos® systemlösungen für verschiedene anwendungsgebiete in sport, medizin, diagnostik, forschung, therapie und sportwissenschaft.

sport / leistungssport / diagnostik

sport
quasar®

rad & athletiktraining
saturn® 300/100r

leistungsdiagnostik
pulsar® 3p

rollstuhl
saturn® 300/100r

schnelligkeitstraining / speedlab®
pulsar® 3p

rehabilitation

robowalk expander
mercury® med

seniorenfitness
mercury® med

lokomotionstherapie
locomotion® / airwalk®

kardiologische reha
mercury® med

gewichtsentlastung
mercury® med / airwalk®

spezial anwendungen

klima-kammern
pulsar® 3p

sprint training
sprint trainer comet®

militär
mercury® special version

hypoxi höhentraining
mercury® med

Methodik, Ausbildung, Ausrüstung, Datenbank

feuerwehr leiter-ergometer
discovery®

h/p/cosmos händler

kontakt

h/p/cosmos sports & medical gmbh

Am Sportplatz 8
83365 Nussdorf-Traunstein
Germany

phone: +49 86 69 86 42 0
fax: +49 86 69 86 42 49

sales@h-p-cosmos.com
www.h-p-cosmos.com

skype: @h-p-cosmos.com (search & select name)
youtube: youtube.com/hpcosmos
twitter: twitter.com/hpcosmos
facebook: facebook.com/hpcosmos

© 03/2014 h/p/cosmos [cos102097] Irrtum und Änderungen vorbehalten. h/p/cosmos ist zertifiziert nach ISO 9001 und EN 13485 für medizinische Laufbänder.
Alle technischen Angaben, Beschreibungen, Ausstattungsvarianten und Abbildungen von Geräten, Optionen und Zubehör sind unverbindlich, stellen insbesondere keine zugesicherten Eigenschaften dar und können von Angebot und Lieferung abweichen.
Design: KUSE.DE