

Therapy Range

2022/23



Inhoud

Wereldleider in motor gestuurde toestellen	3
Een assortiment van toestellen voor alle omstandigheden	4
Geïnspireerd door de wetenschap	5
Het circuit model	8
Optionele extra's	16
Toegankelijkheid Opties	17
Ondersteuning, service en garantie	18

Wereldleider in motor gestuurde toestellen

Innerva ontwikkelt en produceert al ruim 30 jaar krachtondersteunde fitnessstoestellen, ontworpen om de mogelijkheid tot lichaamsbeweging te vergroten. Dit om de fitheid, gezondheid en het welzijn van een breed scala aan mensen te verbeteren, die niet aan bod komen in een traditionele fitnessomgeving.

Motor gestuurde bewegingen

Onze multifunctionele zittoestellen en multifunctionele lighoudingstoestellen weerspiegelen 33 jaar innovatie op het gebied van motor gestuurde training. Elektronisch gestuurde aandrijvingen maken een veilige en toegankelijke oefening mogelijk met een ondersteunende werking die passief kan worden gebruikt om pijn en stijfheid te verminderen of actief door samen met de beweging van de motor te duwen om de spierkracht, het metabolisme en de aërobe capaciteit te vergroten. Elk station blijft bewegen, zelfs als de gebruiker stopt of ontspant, waardoor een langere training mogelijk is voor mensen met een beperkte inspanningstolerantie of vermoeidheid.

Innerva biedt oefentherapie voor:

- Fysiotherapie
- Pre-revalidatie
- Preventieve oefeningen en revalidatie
- Mensen met langdurige aandoeningen

Bij Innerva zijn we er om het leven van oudere volwassenen en mensen met langdurige gezondheidsproblemen te verbeteren. Innerva is de enige Britse fabrikant van 'Power Assisted Exercise' fitnessstoestellen en het enige bedrijf dat zich richt op onze oudere (en met name revalidatie) bevolking.

Een assortiment van toestellen voor alle omstandigheden

Diagnostiek en bevolkingsgroepen

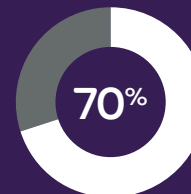
- MS
- Suikerziekte
- Obesitas
- Beroerte
- MSK
- Hartkwalen
- Aandoeningen van de luchtwegen
- Ziekte van Parkinson
- Chirurgie en letselrevalidatie
- Orthopedische aandoeningen
- Reumatoïde artritis
- Gezondheid - fysiek en mentaal

Klinische impact

- Verhoogde mobiliteit
- Verbetert evenwicht
- Gewichtsverlies
- Verbeterde spierprestaties
- Verbeterde aërobe conditie
- Verbeterde levenskwaliteit
- Herstel van onafhankelijkheid
- Meer zelfvertrouwen



van de gebruikers meldt een positief effect op hun geestelijke gezondheid, ze voelen zich meer ontspannen en minder gestrest



van de gebruikers zegt beter te kunnen bewegen

Geïnspireerd door de wetenschap The **five elements** of healthy ageing

De componenten van fitheid en fysieke prestaties die centraal staan voor een duurzaam welzijn van oudere volwassenen zijn aërobe fitheid, spierkracht, evenwicht, flexibiliteit en sociaal welzijn.

Met het ouder worden verliezen we spierweefsel en worden onze spieren stijver en minder gespierd en daarnaast zien oudere volwassenen ook een verslechtering van hun evenwicht. Aerobic oefeningen, krachttraining en strekken helpen om kracht, cardiovasculaire gezondheid en flexibiliteit te behouden en te verbeteren en helpen dit

natuurlijke proces tegen te gaan, waardoor de levenskwaliteit van oudere volwassenen verbetert.

Innerva's toestellen zijn in de loop der jaren in tal van studies geëvalueerd, het meest recent eind 2021, in het AWRC (Advanced Wellbeing Research Centre) van Sheffield Hallam University, waar biomechanische, musculaire en fysiologische reacties op krachtondersteunde oefeningen bij gezonde oudere volwassenen werden gemeten. De resultaten toonden overtuigend de onmiddellijke gunstige fysieke reacties op het oefenen op Innerva toestellen en dus de positieve impact op de vijf elementen van gezond ouder worden, wat helpt bij het behouden en verbeteren van de kwaliteit van het dagelijks leven.

De meest recente onderzoeksresultaten tonen aan dat gebruikers van Innerva toestellen een gemiddeld metabolisch equivalent van 3-4 METS bereiken tijdens de eerste opwarming, de hoofdworkout en de cooldown. In feite bereikten de deelnemers op sommige momenten zelfs 8 tot 9 METS, waarbij sommigen een maximale hartslag (voor hun leeftijd) van 130/140 bpm bereikten. Het intervalkarakter van de Innerva training stelt gebruikers in staat om van lage naar matige tot hoge intensiteit te trainen, waarbij zwaardere inspanningen gelijk staan aan joggen in een matig tempo of een stevig potje tennis! Deze gegevens vormen een sterk bewijs dat trainen met Innerva toestellen de aerobe conditie verbetert.

De EMG-gegevens van de laboratoriumtests toonden ook aan dat de gebruikers hun spieren voortdurend "aan en uit" zetten.

Met een focus op de vier grote spiergroepen - de quadriceps, hamstrings, biceps en triceps - toonden de gegevens een voortdurende activering gedurende het hele toestelcircuit, waarbij de spierinspanning 70% van de maximale capaciteit bereikte. Het is essentieel dat oudere volwassenen hun functie en kracht van deze grote spiergroepen op peil houden om dagelijkse taken te vergemakkelijken, hun welzijn te verbeteren en kwetsbaarheid te minimaliseren.

**Sheffield
Hallam
University** | **Advanced
Wellbeing
Research Centre**

In het recente onderzoek van het AWRC werden ook bewegingsanalysegegevens verzameld die bevestigden dat de gewrichten van de armen, romp en benen continu werden ondersteund tot 50 tot 85 procent van het bewegingsbereik, waardoor gebruikers beter kunnen reiken, draaien en buigen. De combinatie van zittende en liggende toestellen stelt gebruikers in staat om tussen verschillende posities te bewegen, wat de beweeglijkheid en flexibiliteit optimaliseert en pijn en stijfheid bij oudere volwassenen voorkomt.

Uiteraard zullen verbeteringen in kracht en flexibiliteit ook een positieve invloed hebben op het evenwicht. Een eerdere studie met de Oklahoma State University heeft de effectiviteit van het Innerva circuit op balans en flexibiliteit aangetoond, evenals een haalbaarheidsstudie uitgevoerd aan de Sheffield Hallam University, in 2018, waarin werd geconcludeerd dat de prestaties van evenwichtstaken verbeterd na een programma van motor gestuurde oefeningen. De gegevens verzameld in het AWRC registreerden verschillende snelheden van beweging; langzame beweging zal de houdingcontrole verbeteren, terwijl de ervaring van snel bewegen de reactietijden voor balans zal verbeteren.

In het algemeen helpen de toestellen om het bereik en de keuze van de beweging te behouden, dankzij de combinatie van bewegingen, die het Innerva circuit biedt, in meerdere richtingen gericht op het hele lichaam. Gebruikers kunnen hun eigen inspanning aanpassen aan hun trainingsdoelen om meerdere voordelen te bereiken, waaronder verbeterde aerobe conditie, kracht, balans en flexibiliteit.



Oklahoma State University voerde een onderzoek van 12 weken uit met Innerva-toestellen naar spierkracht en functionele capaciteit bij mensen van 70+. De bevindingen van het onderzoek waren als volgt:

Verbeteringen in spierkracht tussen 24% en 50%.
Mobiliteit en beweeglijkheid namen toe met 22%.
Het evenwicht is met 33% verbeterd.

"Toen ik mijn beroerte kreeg, stelde de fysio na een tijdje voor dat ik dit zou proberen. Ik wilde graag alles proberen waarvan ik dacht dat het me zou helpen beter te worden. Toen ik begon, voelde ik meteen een opluchting, je ledematen zijn beweeglijker en de repetitieve beweging is goed voor mij, vooral als slachtoffer van een beroerte. Je lichaam moet opnieuw leren wat het vroeger deed en de herhaalde beweging helpt daarbij. Ik heb andere mensen met een beroerte ontmoet en het is fijn om te weten hoe je het in vergelijking met hen doet."



Lesley,
Grimsby Leisure Centre,
Lincs Inspire

"Ik heb twee knieprotheses gehad en het verlicht mijn stijfheid. Mijn mobiliteit is beter door mijn komst en ook het sociale aspect van de groep, we zijn nu vrienden en gaan ook buiten de groep met elkaar om. Mentaal, fysiek en qua mobiliteit ben ik beter."



Kath,
St Peter's Leisure Centre,
Burnley

"Ik pakte een pakje op het werk en bezeerde mijn rug. Wachtend op de lijst voor fysio, want Covid sloeg toe. Ik zat maanden vast in bed, uiteindelijk verloor ik alle controle... van mijn onderste ledematen, verloor mijn lichaamsfuncties en ik kon niet lopen. Ik kwam hier, ik ben hier nu twee maanden en kijk naar mij...ik kan lopen, ik kan staan, ik kan oefenen. Het zijn absoluut briljante mensen hier die voor je zorgen. Zoveel verschillende mensen, je wordt geaccepteerd omdat iedereen iets mankeert. Ik kan de stofzuiger weer gebruiken en de trap aflopen."

Michelle,
Grimsby Leisure Centre, Lincs Inspire

Het Circuit Model

Het revalidatiegamma omvat 9 zit toestellen en 2 toestellen voor rolstoelen (toegankelijkheid). De traditionele opstelling van een Innerva-suite omvat een circuit van toestellen en biedt gebruikers in 30 tot 40 minuten een volledige lichaamstraining. Wij werken echter met veel bedrijven die verschillende combinaties van toestellen afnemen, afhankelijk van hun bedrijfsmodel, ruimte en budget.

Zit assortiment

De toestellen zijn ontworpen met het oog op optimale ruimte effectiviteit en gemakkelijke toegang voor eindgebruikers. De keuze aan toestellen combineert oefening en stretching van de belangrijkste spiergroepen en helpt spierpatronen te hertrainen, terwijl de spieren worden gestimuleerd en de bloedsomloop wordt verbeterd. De reeks bestaat uit 9 toestellen die onafhankelijk, als circuit of in combinatie met onze twee nieuwe toegankelijke toestellen, de Rotary Torso en Tricep Dip, kunnen worden gebruikt.

Chest & Legs



Afmetingen:

Breedte: 108 cm

Diepte: 130cm

Hoogte: 153cm



Gewicht:

90kg

Cross Cycle



Afmetingen:

Breedte: 70 cm

Diepte: 140cm

Hoogte: 130cm



Gewicht:

106kg

Flys & Thighs



Afmetingen:

Breedte: 130cm

Diepte: 119cm

Hoogte: 153cm



Gewicht:

118kg



▲ *Links naar Rechts:*
Chest & Legs, Cross Cycle,
Flies & Thighs



▲ *Tricep Dip & Leg Curl*

Tricep Dip & Leg Curl



Afmetingen:

Breedte: 95 cm
Diepte: 120 cm
Hoogte: 132 cm



Gewicht:

91 kg

Tummy Crunch



Afmetingen:

Breedte: 105 cm
Diepte : 152 cm
Hoogte: 124 cm



Gewicht:

83kg



▶ *Tummy Crunch*



◀ Rotary Torso



▲ Side Bend Stepper

Side Bend Stepper



Afmetingen:

Breedte: 114 cm

Diepte: 125 cm

Hoogte: 147 cm



Gewicht:

98kg

Rotary Torso



Afmetingen:

Breedte: 116 cm

Diepte: 118 cm

Hoogte: 119 cm



Gewicht:

87kg

Ab Pullover



Afmetingen:

Breedte: 95 cm

Diepte: 170 cm

Hoogte: 130 cm



Gewicht:

83kg

Seated Climber



Afmetingen:

Breedte 111 cm

Diepte: 125 cm

Hoogte: 172 cm



Gewicht:

108kg



▲ Links: Ab Pullover

Rechts: Seated Climber

Makkelijk toegankelijke toestellen

De nieuwe toegankelijkheidslijn is ontworpen om de toegang tot lichaamsbeweging voor rolstoelgebruikers te verbeteren en pakt een aantal problemen aan die veroorzaakt worden door langdurig rolstoelgebruik bij oudere volwassenen en mensen met langdurige gezondheidsproblemen.

Rotary Torso



Afmetingen:

Breedte: 60 cm

Diepte: 120 cm

Hoogte: 135 cm



Gewicht:

90kg

Triceps Dip



Afmetingen:

Breedte: 60 cm

Diepte: 120 cm

Hoogte: 70 cm



Gewicht:

90kg



▲ Links: Rotary Torso

Rechts: Tricep Dip

Toestel keuze overzicht

Voorbeeld van aandoeningen Doel van bewegen

NEUROLOGISCHE AANDOENINGEN

		Chest & Legs	Cross Cycle	Seated Climber	Side Bend Stepper	Tricep Dip & Leg Curl	Flye & Thighs	Rotary Torso	Ab Pullover	Tummy Crunch	Hipster	Side Flexor	Bumts & Tums	Relaxer
MS	Strekken													
	Pijn verminderen													
	Vermoeidheid verminderen													
	De aërobe conditie verbeteren													
	Romp en/of ledematen versterken													
Beroerte	Romp en/of ledematen versterken													
	De aërobe conditie verbeteren													
	Romp en/of ledematen rekken													
Parkinson	Houding en mobiliteit verbeteren													
	De aërobe conditie verbeteren													
	De balans verbeteren													

VERMOEIDHEIDS MANAGEMENT

Fibromyalgie, ME & post	Pijn verminderen													
Virale Vermoeidheid	Vermoeidheid verminderen													
	Mobiliteit verbeteren													

METABOLISCHE AANDOENINGEN

Obesitas	Stofwisseling verbeteren													
	De aërobe conditie verbeteren													
	Spierkracht verbeteren													
Diabetis	Aerobic oefening om lichte ademtektort op te wekken													

CARDIORESPIRATOIRE AANDOENINGEN

Hartkwaal	De aërobe conditie verbeteren													
Ademhaling Aandoeningen	De aërobe capaciteit verhogen													
	Spierkracht verbeteren													

SPIER- EN SKELETAANDOENINGEN

Osteoartritis	Pijn verminderen													
	Spierkracht verbeteren													
	Mobiliteit verbeteren													
Rug pijn	Pijn verminderen													
	Flexibiliteit verbeteren													
	Spierkracht verbeteren													
	Mobiliteit verbeteren													

OUDERE VOLWASSENEN

Vallen en kwetsbaarheid	Balans verbeteren													
	Kracht verbeteren													
	Wendbaarheid verbeteren													

 HOOG  MIDDEL  LAAG

Extra ondersteuning & hulpmiddelen voor toegankelijkheid

De toestellen van Innerva kunnen worden aangepast aan gespecialiseerde revalidatie- en oefenbehoeften. Er zijn verschillende toegankelijkheids-hulpmiddelen beschikbaar die aanpassingen van de toestellen mogelijk maken, afhankelijk van de behoeften van uw therapieaanbod.

Als onderdeel van uw eerste installatie worden diverse hulpmiddelen verstrekt om gebruikers te ondersteunen en correct te positioneren op onze toestellen. Extra 'Steunen' en 'Accessoires' kunnen worden aangeschaft als u meer nodig heeft dan bij de installatie is voorzien.

Verlengstuk en hand Positioneerder/ Positiehandschoen

Het handverlengstuk past de reikwijdte van de 'Seated Climber' aan en wordt samen met de positioneringshandschoen gebruikt voor gebruikers die problemen hebben met handbewegingen op het toestel.

Verhogingskussen & Rugleuning

Het kussen en de rugsteun zijn nuttig, voor personen met hun lichaams lengte, om een correcte houding te garanderen en worden gebruikt op de toestellen "Chest & Legs" en "Flys & Thighs".

Uitlijningshulp

De uitlijningshulp wordt gebruikt op de 'Chest & Legs' om de benen uitgelijnd en in positie te houden voor gebruikers die moeite hebben met bekken- en beencontrole. Het kan ook worden gebruikt op de Seated Climber', afhankelijk van de behoeften en mogelijkheden van de gebruiker.

Hoofdsteun kussen & hoes

Het kussen wordt gebruikt om het hoofd en de nek te ondersteunen waar nodig op de "Side Flexor".

Optionele extra's

Innerva biedt een reeks optionele extra's om gebruikers met extra behoeften in revalidatie- en therapiesituaties en -programma's te helpen veilig en effectief te bewegen. De meeste van deze opties zijn al ingebouwd in het toestel op het moment dat het wordt besteld.

Afneembare Voetsteun

De afneembare voethouder helpt de voeten in positie te houden voor gebruikers die daar anders moeite mee hebben. De voethouders zijn beschikbaar op de 'Chest & Legs', 'Seated Climber' en 'Side Bend Stepper'.

Een vaste voetsteun is ook beschikbaar op de Cross Cycle' en 'Ab Pullover'. De vaste voethouders op de Ab Pullover kunnen ook worden voorzien van een verstelbare voetsteun om de voeten in positie te houden.

Afneembare Arm

De afneembare arm is beschikbaar op verschillende toestellen en maakt een gemakkelijkere toegang mogelijk voor mensen die vanuit een rolstoel of een hijswerktuig moeten overstappen. Een afneembare arm kan worden aangevraagd op de:

- Chest & Legs and Tricep Dip & Leg Curl (Linker Arm)
- Seated Climber & Cross Cycle (Linker of Rechter Arm)

Op het 'Flys & Thighs' toestel wordt ook een optie voor verminderde armbewegingen geboden, maar dit wordt alleen geadviseerd voor revalidatie instellingen waar dat nodig is. Op de "Side Bend Stepper" kunnen extra armen aan de halve maanarmen boven het hoofd van de gebruiker worden geklemd om zodoende een meer comfortabele houding mogelijk te maken, in plaats van de rug te strekken. Deze optie wordt meestal alleen aangevraagd voor een revalidatie instelling.

Afneembare Been

Verbeterd de toegang tot verschillende Innerva toestellen voor mensen met een groter handicap of die vanuit een rolstoel moeten overstappen.

- **Rotary Torso** – Het been/voetgedeelte kan indien nodig worden verwijderd om de toegang te vergemakkelijken en kan weer op zijn plaats worden gezet door de medewerkers om de voeten/benen te ondersteunen.
- **Tummy Crunch** – Het voetgedeelte kan worden verwijderd voor verschillende gebruikers.
- **Flys & Thighs** – Hoewel het been/voetgedeelte niet verwijderbaar is, is er een optie om een verminderde beenbeweging op dit toestel in te stellen, maar dit wordt alleen aanbevolen voor een revalidatiesetting.



Vrijstaande console

Maakt het mogelijk het toestel daar te plaatsen voor een comfortabele bediening en ondersteunt een gemakkelijke toegang en overstap. Het is beschikbaar voor alle Innerva toestellen behalve de 'Cross Cycle', 'Relaxer' en 'Hipster'.

Draaibare zitting (Alleen cross-cycle)

Draait 90 graden om een toegankelijke overstap en toegang op de 'Cross Cycle' mogelijk te maken en wordt vergrendeld voor een veilige oefening.

Bekken ondersteuning

Deze afneembare steun kan aan de machine worden bevestigd en klemt de gebruiker vast. Deze wordt vaker gebruikt in een revalidatie setting en op de volgende toestellen worden gebruikt:

- Chest & Legs
- Seated Climber
- Side Bend Stepper
- Flys & Thighs
- Cross Cycle

Borst ondersteuning

De borststeun wordt voornamelijk gebruikt in een revalidatieomgeving om te voorkomen dat gebruikers voorover vallen. Het is een omhullend verlengstuk dat indien nodig kan worden toegevoegd om de langere gebruiker te ondersteunen en kan op de volgende toestellen worden gebruikt:

- Chest & Legs
- Seated Climber
- Side Bend Stepper
- Flys & Thighs
- Cross Cycle
- Tricep Dip & Leg Curl

Ondersteuning, Service en Garantie

Wij adviseren om de Innerva toestellen jaarlijks te onderhouden, op of nabij de initiële dag van de installatie. Dit helpt om aan het gezondheids- en veiligheidsbeleid en voor de aansprakelijkheidsverzekering te voldoen, aangezien servicecertificaten worden afgegeven na voltooiing van de uitgevoerde werkzaamheden.

Bij Innerva staat uw bedrijfscontinuïteit voorop. Onze standaard-en uitgebreide garanties bieden een uitgebreide dekking vanaf de eerste installatie. Na de eerste 12 maanden zorgt de uitgebreide garantie en (jaarlijks) serviceprogramma voor extra gemoedsrust en een optimaal onderhoud van uw apparatuur. Deze uitgebreide garantie is optioneel, maar voor meer informatie kunt u contact opnemen met uw accountmanager.

Onze service:



Wij garanderen dat service en reparaties worden uitgevoerd door onze gekwalificeerde technici.



Wij streven ernaar alle onderhoudsverzoeken binnen 72 uur af te handelen.



Onze kant-en-klare onderdelen worden allemaal bewaard in ons UK magazijn



GLOBAL HEADQUARTERS - UK

Innerva
Shapemaster Global Limited

Tel: +44 (0)1484 667474
Mail: info@innerva.com
Web: www.innerva.com



Distributor BeNeLux
Bemorefitsolutions

BE MORE
FITSOLUTIONS

Tel: +31651624587
Tel: +31613112019
Mail: info@bemorefitsolutions.nl
Web: www.bemorefitsolutions.nl

April 2023