

CefarCompex
UNITING ENERGIES FOR A BETTER LIFE



IL CATALOGO
DELL'ELETTROSTIMOLAZIONE

fit & gym[®]

The Wellness Provider

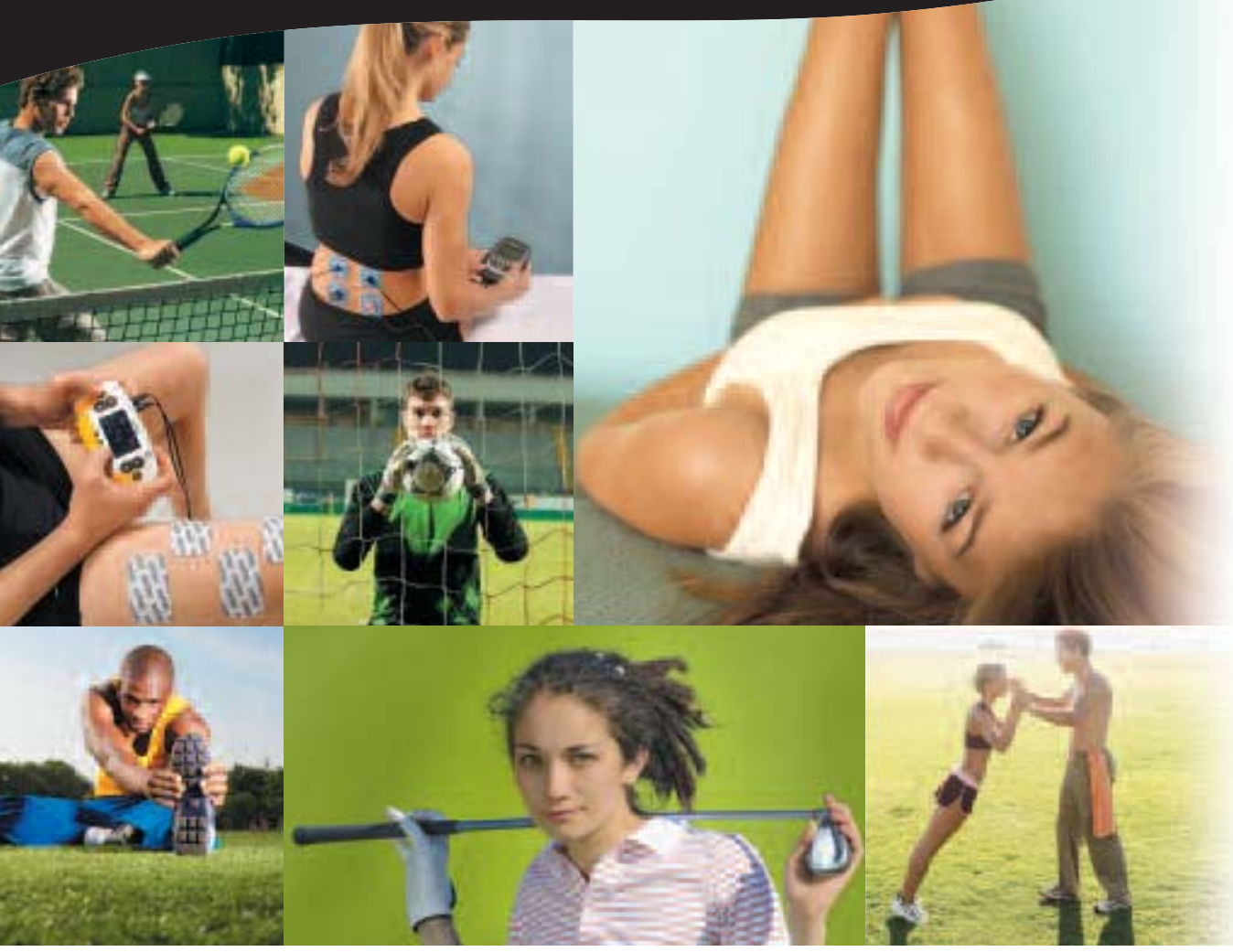
www.fitegym.it

CEFAR e COMPLEX, i due marchi leader e di riferimento sul mercato dell'elettrostimolazione, oggi uniscono le loro forze ed il rispettivo know-how per offrirvi il meglio di questa tecnologia. Questa tecnologia, già da tempo utilizzata dai professionisti dell'ambito medico, è ora alla portata di un pubblico più vasto. Il campo di applicazione degli stimolatori Cefar e Compex è ampio: preparazione fisica, recupero, preparazione nei mesi inattivi, ripresa di un'attività, attenuazione del dolore o semplicemente il ritrovamento della forma fisica ottimale...

CefarCompex ha sviluppato questo catalogo, semplice e comodo, al fine di fornire più informazioni su questa tecnologia efficace e sicura e per farvi scoprire gli apparecchi della nuova gamma.

fit & gym  **Power Seller**

<http://www.fitegym.it>



L'evento p4-7	CefarCompex, un'associazione che stimola l'immaginazione tecnologia MI e EASY TOUCH
Personaggio p8-11	Paul; 38 anni; 42,195 Km.
Racconto di vita p12-15	Auto, lavoro, addominali ... 24 ore nelle vesti di una donna attiva.
Testimonianze p16-17	L'elettrostimolazione ci va a genio!
La gamma p18-22	Sport, Fitness, Salute... La gamma CefarCompex al completo!
Accessori p23	Accessori... ma indispensabili!
I programmi p24-27	Tutte le funzioni in un batter d'occhio.
Shopping p28-29	Un mare di idee per una forma smagliante!
In primo piano... p30-31	Tutto quello che c'è da sapere sull'elettrostimolazione.

David Truffer
Direttore del dipartimento
Ricerche e Sviluppo
Compex

“ La mia missione consiste nell'ideare un prodotto semplice e pratico, sfruttando le ultime tecnologie disponibili per rispondere alle necessità delle diverse categorie di utenti. La sicurezza, la qualità e l'efficacia sono i nostri valori fondamentali. Aggiungerei anche l'innovazione, come fattore chiave per rimanere sulla cresta dell'onda nel nostro settore.

I nostri team di ingegneri nutrono molta passione per questa tecnica, a volte intrigante per uno spettatore esterno, ed è da molto tempo che siamo convinti dell'efficacia dell'elettrostimolazione. Ma questa convinzione non basta. Mettiamo tutto in opera per semplificare e ottimizzare questa tecnica.

“L'associazione dei marchi CEFAR e COMPEX è un enorme punto di forza per il futuro dell'azienda.”

La tecnologia *muscle intelligence*™ ha dunque necessitato di un po' più di 2 anni di sviluppo ma, grazie a questa rivoluzione, l'elettrostimolazione raggiunge la perfezione proponendo a ognuno una soluzione completamente personalizzata.

Sondiamo costantemente le necessità dei terapeuti e degli sportivi. La portata internazionale di *CefarCompex* ci ha permesso di costruire una rete di competenze senza eguali nel mondo.

Lotta Hart
Fisioterapista
e product manager
"rieducazione"

Cefar

“ La mia missione? Sono l'orecchio che ascolta gli utenti e la bocca che informa l'azienda per introdurre le idee in un prodotto. Specialista nella riabilitazione e nel trattamento del dolore, lavoro a stretto contatto con il dipartimento R&S dove metto a profitto le mie conoscenze mediche, sia per lo sviluppo di un apparecchio medico rispondendo a necessità molto specifiche dei fisioterapisti che lavorano in ambulatorio, sia per uno stimolatore che soddisfa pienamente le aspettative degli sportivi. Effettivamente, per un atleta, il margine tra il miglioramento dei risultati e la salute fisica è molto stretto: muscoli indolenziti, slogature, distorsioni, stiramenti, tendiniti... E' la ragione per la quale molti campioni ricorrono ai nostri prodotti.

“CEFAR e COMPEX uniscono le loro forze per far progredire l'elettroterapia”

Da molti anni CEFAR e COMPEX sono all'avanguardia sul piano dello sviluppo dell'elettroterapia in Europa. Invece di continuare a farci concorrenza, uniamo le nostre forze per migliorare costantemente questa disciplina.



MUSCLE INTELLIGENCE™

Una rivoluzione muscolare sul punto di diventare una referenza tecnologica sul mercato!

Avete detto MI?

Come potrete notare nelle pagine successive, alcuni stimolatori sono preceduti dal simbolo MI. MI significa *muscle intelligence*™. Questa tecnologia è in grado di analizzare le specificità di ognuno dei nostri muscoli, offrendo così una stimolazione adatta alle loro caratteristiche. Il vostro allenamento è d'ora in poi automaticamente personalizzato e perfettamente adattato alla vostra fisiologia.



Grazie al MI-SENSOR, un mini sensore, un nuovo mondo di precisione ed efficienza si apre per le vostre sedute di lavoro!

Con la funzione mi-SCAN, il mi-SENSOR sonda il gruppo muscolare scelto e regola automaticamente i parametri dello stimolatore in base all'eccitabilità di ogni zona del corpo, in base alla vostra fisiologia. Si tratta di una vera e propria misura personalizzata.

Con la funzione MI-ACTION, il MI-SENSOR ottimizza l'efficienza della vostra seduta permettendovi di associare al vostro ritmo delle contrazioni volontarie e delle contrazioni da elettrostimolazione. Siete, in questo modo, l'unico protagonista del vostro allenamento.

Con la funzione MI-TENS, il MI-SENSOR agevola la regolazione delle energie di stimolazione da utilizzare nel corso dei programmi antalgici. La regolazione avviene istantaneamente e automaticamente, semplificando le operazioni dell'utente e garantendo un risultato ottimale.

Con la funzione MI-RANGE, il MI-SENSOR indica all'utente la zona ideale di regolazione delle energie di stimolazione (minima e massima) che deve essere rispettata durante i programmi come il recupero o il massaggio. La seduta di stimolazione è semplice ed efficace.

Gli stimolatori COMPLEX MI-SPORT e COMPLEX MI-FITNESS integrano l'insieme delle funzioni *muscle intelligence*™.



Be ready!

Preparatevi ad accogliere questa tecnologia rivoluzionaria con i nuovi COMPLEX MI-READY.

Per dare l'opportunità a molti di voi di accedere a questa tecnologia, abbiamo pre-dotato gli stimolatori COMPLEX PERFORMANCE e COMPLEX ENERGY di alcune opzioni *muscle intelligence*™.

L'interesse?

- Consentirvi di migliorare il vostro apparecchio acquistando nello stesso tempo il MI-SENSOR come accessorio: adesso o in futuro; a voi la scelta!

- Anche se non è collegato al MI-SENSOR, lo stimolatore funziona normalmente.



CEFAR EASY TOUCH™ PROGRESSI GARANTITI!

La regolazione dell'intensità è un criterio fondamentale per una seduta di lavoro efficiente. Ma rimane ugualmente il dubbio, anche per gli esperti, della regolazione corretta dell'intensità.

Consapevoli di questo, gli ingegneri e i fisioterapisti CEFAR hanno concentrato le loro ricerche in questa direzione e hanno messo a punto la funzione CEFAR EASY TOUCH™.

Una funzione in grado di analizzare le soglie sensoriali e i motori medi dei muscoli e di garantire sedute efficienti grazie a un innalzamento automatico e progressivo dell'intensità di stimolazione.



L'interesse?

- Le vostre sedute sono automaticamente efficienti.
- Il livello massimo di intensità è raggiunto gradualmente senza cogliervi alla sprovvista.

Gli stimolatori CEFAR MYO XT, CEFAR ACTIV XT, CEFAR MYO X2 et CEFAR ACTIV X2 sono provvisti della funzione EASY TOUCH™.



L'ALLENAMENTO

Come ho preparato la "mia" maratona di New York

Paul ha 38 anni. Sono 10 anni che corre. Mancava ancora New York al suo albo d'oro. Racconta come si è preparato a questa mitica prova.

LA PIÙ GRANDE MARATONA DEL MONDO, OCCORRE PREPARARSI AL MEGLIO!

"La Maratona di New York è proprio un must. Ho già fatto 9 maratone e 2 Maratone delle Sabbie ma quando mi chiedevano "E New York?", ero obbligato a rispondere "No". Ho allora deciso di farlo con il mio club. Se volete iscrivervi da soli, è una vera e propria sfida che termina con un sorteggio visto le numerose richieste. Due milioni di spettatori lungo il percorso e oltre 315 milioni di telespettatori in tutto il mondo, sinceramente, mette paura.

Il mio obiettivo erano le 3 ore. Personalmente ho elaborato un programma di allenamento di 9 settimane. Le prime due settimane, ho lavorato soprattutto sulla velocità in pista, cinque giorni a settimana frazionando: 800 m veloci seguiti da 400 m più lenti. Per dieci volte di seguito! Nelle 5 sedute, una durava più di 3 ore per preparare l'organismo al "muro" del maratoneta. Due strumenti sono sempre rimasti accanto a me: Il cardio per verificare la mia frequenza cardiaca nei 400 m di recupero e il mio Compex con la sua funzione di "recupero" dopo ogni uscita pesante.

Durante un'altra occasione, sono ricorso al mio stimolatore: quando ho sentito le mie caviglie deboli, non ho voluto correre rischi e ho sostituito l'allenamento con una seduta di un'ora di muscolazione con il mio Compex.

Le quattro settimane successive, ho lavorato sulla resistenza con sedute più lunghe e meno rapide, sempre in pista. Anche durante questa fase, mi imponevo di uscire per più di 3 ore in mezzo alla natura per abituarli a passare il famoso "muro". E' stata una scelta vincente perché quando è arrivato il grande giorno, questo passaggio a vuoto è durato solamente 4 o 5 minuti e la macchina si è rimessa in moto da sola!

E poi c'è il sonno. Si dovrebbe dormire molto, ma dopo un allenamento intensivo alla fine della giornata, non è facile addormentarsi. E visto che lavoravo nel frattempo, non avevo scelta. La cosa più difficile è prevedere tutto per arrivare al massimo della forma fisica alla partenza.

Torniamo ora al mio allenamento "casalingo", ho passato le ultime 3 settimane con un semplice footing di mantenimento da tre a quattro volte la settimana. Lì, mi sentivo in gran forma e avevo tanta voglia di lasciarmi andare, ma, l'importante durante la fase prima della corsa è rigenerarsi, ritrovare le forze... E' quasi come riposarsi. Ed è proprio in quel momento che ho tanto apprezzato le funzioni

Ossigenazione e Massaggio del mio Compex. Mi sentivo proprio leggero! L'ho anche usato regolarmente, cinque volte alla settimana per rinforzare i muscoli senza affaticarmi. Ed è grandioso!

Il grande giorno è finalmente arrivato. Un bel sole autunnale illuminava il Ponte di Verrazano da dove si partiva. Dopo il tradizionale inno americano, il colpo di pistola risuonò alle ore 10.10. Eravamo circa 40.000 a scattare! All'uscita di Brooklyn e in Central Park, andavamo come matti. Non ho mai ritrovato un ambiente simile. Un rapido passaggio nel Bronx dove ho conosciuto la mia via crucis. Ritorno in Manhattan. Gli ultimi chilometri in Central Park sotto gli applausi di una folla degna delle più grandi tappe di montagna. E finalmente il traguardo in 3 ore e 12 minuti. Ma la cosa più importante nella preparazione di una maratona è nella testa! Avevo incollato durante cinque mesi gli adesivi della Maratona di New York nel mio bagno, in ufficio, in macchina e anche sopra il mio letto! Ci pensavo sempre. Vi posso dire che quando uno è immerso in una futura corsa, ce la fa, anche se è difficile.

PROGRAMMA D'ALLENAMENTO RUNNING

Esempio di preparazione di una prova su lunga distanza

- J1 Riposo
- J2 1 x **Resistenza aerobica**
- J3 - Allenamento volontario: riscaldamento 20', poi 1-2 serie di 6 x [30" rapido / 30" lento]
- Footing lento 10' alla fine della seduta, poi 1 x **Capillarizzazione**
- J4 1 x **Resistenza aerobica**
- J5 Riposo
- J6 Footing senza forzare 60', poi 1 x **Resistenza aerobica**
- J7 Uscita lunga 1h30 (andatura moderata) poi 1 x **Capillarizzazione**

Durata del ciclo : 8 settimane



*"Se vuoi correre,
corri un chilometro.
Se vuoi cambiare la tua vita,
corri una maratona!"*



Ascoltare il mio corpo e i segnali che mi manda, è prima di tutto un gesto salutare!

Il corpo e lo spirito sono legati e anche se si ha poco tempo da dedicare, è molto importante farlo!

"Ho scoperto l'elettrostimolazione con l'utilizzo del COMPEX VITALITY.

E' mia madre che me lo ha fatto scoprire. E' una mamma super attiva. A 63 anni, segue i corsi di ping pong e di nuoto, passeggia in montagna e taglia ancora da sola tutte le siepi del giardino di casa! Usa il COMPEX VITALITY per alleviare i dolori dovuti alle sue lomalgie e recuperare le forze. Quando mi ha detto, la tua salute di domani, è adesso che la devi preparare, ho voluto provare! D'ora in poi il mio COMPEX VITALITY mi accompagna giorno per giorno.

**Florence, 40 anni,
responsabile marketing
e madre di 2 bambini.**

La mia professione molto intensa non mi consente di fare abbastanza sport!

Quando si passa da 1 a 2 giorni alla settimana con le gambe accavallate in una riunione, la circolazione ne risente veramente tanto.

Il mio COMPEX VITALITY allevia questa sensazione di gambe pesanti ed è un vero e proprio gesto preventivo. Facile da usare e preciso, 2 sedute di 15 minuti con dei programmi vascolari (gambe pesanti, linfo-drenaggio) mi rendono come nuova!





"E, da quando lo uso regolarmente, mi sento meglio con il mio corpo e soprattutto con la mia testa."



L'elettrostimolazione tratta con efficacia le lumbalgie

L'elettrostimolazione è una soluzione semplice e naturale per prendermi cura del mio corpo



CEFAR EASY

Ideale per alleviare il mal di schiena



COMPLEX VITALITY

Grazie alle sue caratteristiche vascolari e antalgiche, il COMPLEX VITALITY è il vero protagonista del vostro star meglio.

Per non parlare dei dolori che ho alla schiena... ho 2 bambini e quando devo tenerne uno con il braccio destro e tirare l'altro con il braccio sinistro! Era molto frequente e la sera non ne potevo proprio più! I programmi antalgici del mio COMPLEX VITALITY sono perfetti per dare un'immediata sensazione di benessere e sono molto semplici da installare. D'altro canto, mio marito ha potuto toccare con mano l'efficacia del mio apparecchio quando un giorno è stato colpito in giardino da una lumbalgia acuta! Dopo alcune sedute, era già in piedi!

In quanto allo sport, pratico regolarmente il tennis con le mie amiche, nuoto quando sono in ferie, ma non basta! So che se non solleico regolarmente la mia muscolatura, si scioglie come neve al sole. Ma non intendo sacrificare la mia salute con il pretesto di avere una vita piena, con un lavoro che adoro e una casa da mandare avanti.

Anche lì, ho trovato una soluzione: mi sono preparata un programma su misura, due sedute di venti minuti a settimana. Priorità: gli addominali e le braccia (i miei punti deboli). Venti minuti da trovare facilmente alzandomi un po' prima il mattino e che mi consentono di mantenere il mio tono muscolare. Ed è essenziale per il mio morale!

"Il rispetto del proprio corpo significa il rispetto di se stessi"

Privilegio la prevenzione con un'alimentazione sana e equilibrata, meglio se bio, con tanta frutta e verdura. In due parole, sto attenta alla mia igiene di vita: la mia e quella di tutta la famiglia, e l'elettrostimolazione s'inserisce perfettamente in tutto questo.

Ho immediatamente adottato il mio COMPLEX VITALITY, voglio rimanere in forma e piena di energia. Il mio Compex mi aiuta con dolcezza ma con efficacia! "E, da quando lo uso regolarmente e con consapevolezza, mi sento meglio con il mio corpo e soprattutto con la mia testa.

MATTEO

*“La bicicletta, sì.
I crampi, no!”*

Vado in bicicletta tutte le domeniche con gli amici: minimo 100 Km con qualsiasi clima. sento proprio la necessità di questo esercizio per ossigenarmi la testa e mantenere il mio corpo sano. Per prevenire gli indolenzimenti, uso il mio CEFAR MYO XT. E' ergonomico, facile da usare e molto efficace per prevenire i crampi e recuperare più in fretta le forze dopo ognuna delle mie uscite.



CEFAR MYO XT



TIM

*“Nessun triathlon
senza Compex”*

Correre è la mia passione, amo la tecnologia e voglio soprattutto che tutto funzioni perfettamente (i miei muscoli come le macchine!). Mi piace anche misurarmi con gli altri e spingere sempre i miei limiti più in là. Trascrivo tutte i miei cronometraggi e, di conseguenza, perfeziono i dettagli della mia preparazione: è inutile dire che sono amante della precisione. Con il COMPLEX MI-SPORT, ho trovato il partner high tech di alto livello che aspettavo.



COMPLEX MI-SPORT



JOHN

*“Evviva il golf e
la vitalità!”*

Da quando sono in pensione, gioco a golf due volte a settimana e corro tutte le domeniche mattina: non molto ma con regolarità. E' un ottimo mezzo per rimanere in forma! Ma quando mi fermo una o due settimane, faccio fatica a riprendere. Per cancellare i dolori, ho un segreto, un partner dello stare meglio che si prende cura di me: il mio COMPLEX VITALITY.



COMPLEX VITALITY

EVA

“Vado pazza per il fitness!”

Come molte donne, vorrei avere un corpo perfetto, però non sono pronta a fare troppi sforzi! Ho ricevuto come regalo alla festa della mamma il CEFAR ACTIV X2: Al di fuori del fitness in palestra, è la soluzione più semplice per mantenere una silhouette perfetta.



CEFAR ACTIV X2



PRODOTTI SPORT: PER AVANZARE, GUADAGNARE POTENZA E RECUPERARE



Fate tutto il possibile per spingere sempre più in là i limiti delle vostre prestazioni sportive. Perché siete un concorrente esigente e amante della tecnologia, avete optato per il COMPLEX MI-SPORT, un gioiello della

tecnologia al servizio degli sportivi di alto livello.

Con questo must in materia di elettrostimolazione, l'atleta beneficia di un allenamento su misura e personalizzato. Ogni seduta porta ad un'efficacia ottimale e un lavoro mirato grazie alla tecnologia *muscle intelligence*™.

Eleto dalla stragrande maggioranza degli sportivi, questo stimolatore copre tutte le necessità dell'atleta in termini di preparazione, senza dimenticare la gestione del dolore.



Scegliete COMPLEX PERFORMANCE MI-READY perché è uno stimolatore completo con una vasta gamma di programmi.

Per soddisfare tutte le vostre necessità sportive, dalla preparazione al recupero, passando dalla competizione, senza dimenticare la gestione delle tappe di riposo o di non attività forzata.

Perché è un prodotto evolutivo, pronto ad accogliere il MI-SENSOR, vi consentirà di effettuare con le funzioni MI-SCAN, MI-TENS e MI-RANGE, durante le vostre sedute, un lavoro più preciso, più personalizzato e più specializzato.

COMPLEX PERFORMANCE MI-READY accompagna gli sportivi che prediligono lo sforzo intenso e regolare.



**COMPLEX
ENERGY
MI-READY**

Allenamento e sforzo sono piacevolmente compatibili quando ci si prepara correttamente. Il COMPLEX ENERGY MI-READY vi aiuta ad essere pronti, prima dello sforzo, e a sentirvi in forma dopo!

COMPLEX ENERGY MI-READY copre una gamma di programmi che vi consentirà di scoprire l'efficacia dell'elettrostimolazione. Si tratta di un prodotto evolutivo verso un'opzione tecnologica MI-READY preinstallata. La funzione MI-SCAN si attiverà non appena conatterete il MI-SENSOR. Nel sondare il muscolo e nel reperire le soglie di reattività al lavoro, garantisce sedute efficienti e sicure.

COMPLEX ENERGY MI-READY è il vostro partner sempre disponibile per una attività sportiva di qualità che unisce lo sforzo e il piacere.



CEFAR MYO XT



Per essere in buona salute, rispettare e curare il proprio corpo, nulla può sostituirsi ad un'attività sportiva, quando si ha a disposizione un po' di tempo libero.

Il CEFAR MYO XT è il compagno ideale per fare lavorare i muscoli e il corpo dopo una giornata di lavoro. Sa fare tutto: sport, fitness e benessere. La funzione EASY TOUCH vi garantisce una regolazione automatica e, dunque, corretta dell'intensità della stimolazione.

Per integrare un'attività regolare, questo stimolatore copre le necessità essenziali dello sportivo con efficacia e semplicità. CEFAR MYO XT è ergonomico e molto facile da utilizzare.



CEFAR MYO X2

CEFAR MYO X2 è lo stimolatore ideale per accompagnare lo sportivo nei suoi primi passi con l'elettrostimolazione, serve anche per prevenire eventuali traumi. Se non potete concepire di stare un week-end fermi, senza correre o mettere i vostri roller, troverete in CEFAR MYO X2 un prodotto dotato di grandi qualità ad un prezzo molto accessibile.

Ideale per iniziare a conoscere i piaceri di un'attività fisica riuscita.

PRODOTTI FORMA: PER MANTENERSI MUSCOLATURA E SILHOUETTE



**COMPLEX
MI-FITNESS**

Non tutti possono permettersi un coach personale. Ma molte persone sognano di averne uno! La pratica del fitness e della muscolazione necessita di una pratica seria per chi vuole ottenere risultati visibili.

Una muscolatura solida e tonica si acquisisce solo con la perseveranza e la precisione. L'elettrostimolazione può aiutarvi a raggiungere i vostri obiettivi: Con COMPLEX MI-FITNESS al vostro fianco, beneficerete del meglio dell'elettronica high tech al servizio del corpo. Un must che consente, grazie alla tecnologia *muscle intelligence*™, di beneficiare di un allenamento su misura e personalizzato per sedute con un'efficienza ottimale e perfettamente mirate.

Molto orientato verso il fitness ma anche dotato di programmi antalgici e vascolari, il COMPLEX MI-FITNESS è l'allenatore sempre pronto ad accompagnarvi nei vostri obiettivi più ambiziosi.



CEFAR ACTIV XT

Salire le scale invece di prendere l'ascensore, fare più sport, andare più spesso in palestra... i buoni propositi non bastano sempre a prendere in mano la propria forma.

Eppure, quanti benefici si hanno nel praticare un esercizio regolare! Con CEFAR ACTIV XT, è così facile prendersi cura della propria forma! Molto facile da usare, vi segue nelle vostre sedute grazie al suo pianificatore di allenamento e vi guida nella regolazione corretta dell'intensità di lavoro (funzione EASYTOUCH).

CEFAR ACTIV XT XT vi accompagna nei vostri sforzi (Easy Training) e vi aiuta a mantenere i vostri obiettivi.



CEFAR ACTIV X2

Perché non si ha sempre il tempo e la volontà, perché la vita ci impone altre priorità, ci capita di dimenticarci del nostro corpo... il quale ci rammenta immediatamente della sua esistenza!

Se ne avete abbastanza di soffrire dopo aver salito a piedi tre piani, se non sopportate più le vostre cosce rilassate, se pensate di non essere più tonici e sodi, questo elettrostimolatore dedicato al mantenimento del corpo in generale può esservi di aiuto.

Specificatamente studiato per consentirvi di tonificare i muscoli e di snellire la silhouette, è il complice discreto ma energetico della vostra forma.

CEFAR ACTIV X2 si prende cura da solo della vostra silhouette e del vostro benessere. Lasciatevi coccolare!

PRODOTTI SALUTE: PER IL VOSTRO BENESSERE



COMPEX VITALITY

Siete attivi, vi invidiano, e tutti dicono che dimostrate meno anni di quelli che avete realmente! Non se ne parla affatto di sentire il peso degli anni, né di ridurre il numero delle vostre attività: ping-pong, tennis, golf, passeggiate, bicicletta, nuoto...

E neanche di "pagare" questo dinamismo con dei dolori diffusi e dover aspettare giorni e giorni prima di sentirsi meglio!

COMPEX VITALITY è stato ideato per aiutarvi a preparare meglio il vostro corpo prima, e per recuperare dopo lo sforzo. E' il partner antalgico e dello stare bene per eccellenza degli adulti attivi.



CEFAR EASY

L'elettrostimolazione consente attualmente di alleviare in modo naturale e duraturo numerosi dolori.

Contro il mal di schiena (dalle lumbalgie alle cervicalgie) e gli altri mali quotidiani, CEFAR EASY è la soluzione antalgica duratura.

Molto semplice, leggero e poco ingombrante, CEFAR EASY può essere utilizzato da tutti ed installato in qualche secondo

Garanzie

- Apparecchi CEFAR garantiti 2 anni
- Apparecchi COMPEX garantiti 2 anni
- + 1 anno offerto collegandosi al sito www.complex.info

Gli elettrodi

Gli elettrodi *performance* a snap

- **Comodi:**
Restituzione ottimale della potenza elettrica per sedute di maggiore intensità, garanzia di una migliore efficacia.
- **Riutilizzabili:**
Maggiore durata (variabile secondo il tipo di pelle e delle condizioni di utilizzo).
- **Pratici:**
Collegamento semplice e rapido tra gli elettrodi e i cavi con un sistema a pressione: anche sulla schiena!
- **Adattabili:**
Utilizzo possibile su tutti i tipi di stimolatori.



Gli elettrodi *stimtrode* a filo

- **Economici:**
Vi consentono un utilizzo personalizzato per una trentina di sedute.
- **Polivalenti:**
Sono idonei per tutti i tipi di programmi e trattamenti.
- **Completi:**
Una vasta gamma di modelli e dimensioni per rispondere a tutti i tipi di necessità.



Il gel CEFARCOMPEX

- Agevola il contatto fra la pelle e l'elettrodo
- Migliora il comfort e l'efficacia della stimolazione
- Raccomandato per le pelli secche o con molti peli
- Compatibile con tutti i tipi di elettrodi
- Riservato all'elettrostimolazione



La cintura CEFAR ABDO BELT



Questa cintura è universale, agevola la pratica dell'elettrostimolazione sulla fascia addominale e si adatta direttamente a tutti gli stimolatori.

- Mantenimento e comfort
- Posizionamento degli elettrodi assicurato
- Molto discreta, consente di spostarsi comodamente

Particolarmente raccomandato con il CEFAR EASY.

LA GAMMA



SPORT

Riscaldamento breve / lungo				■	■		■	■		
Resistenza aerobica	■	■	■	■	■		■	■		
Forza	■	■	■	■	■		■	■		
Recupero attivo	■	■	■	■	■	■	■	■		
Recupero plus	■									
Recupero				■	■		■	■		
Stretching	■					■				
Ipertrofia / Body building	■	■	■	■		■	■			
Fartlek	■	■								
Forza resistente	■	■	■	■	■					
Esplosivita	■	■	■	■	■					
Pliometria	■									
Forza progressiva				■	■					
Compexion	■	■				■				
Rafforzamento busto	■									
Ripristino	■	■					■			
Rafforzamento lombari	■									
Prevenzione distorsione caviglia	■									
Aerobico				■		■	■	■	■	
Muscolazione		■	■			■			■	
Iniziazione muscolare									■	
Anaerobico						■				
Ipertonia / Definizione muscolare		■				■				
Step						■				
Body Power						■				
TENS sofisticato / TENS	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Decontrattante	■	■	■			■			■	
Endorfinico / Dolori cronici	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Dorsalgia	■	■				■			■	
Epicondilite	■	■				■			■	
Lombalgia	■	■				■			■	■
Lombo-sciatalgia									■	
Lumbalgia acuta	■	■				■			■	
Cervicalgia	■	■				■			■	■
Artralgia									■	
Torcicollo	■					■			■	
Capillarizzazione / Ossigenazione	■	■	■	■	■	■			■	
Linfodrenaggio									■	
Drenaggio							■	■		
Gambe pesanti	■		■			■			■	
Prevenzione crampi			■						■	

SPORT

FORMA

SALUTE

LA GAMMA



BELLEZZA

Adipostress									■	
Inestetismi cell / Body sculpting		■	■	■		■	■	■	■	
Rassodamento		■	■			■			■	
Calorilise									■	
Tonificazione / Body toning		■	■	■		■	■	■	■	
Cutaneo-elastico									■	
Body shape				■			■			
Glutei e cosce			■	■		■	■	■	■	
Addominali	■		■	■		■	■	■	■	

CROSS-TRAINING

Cross-training aerobico	■					■				
Allenamento combinato			■			■			■	
Cross-training resistente	■					■				
Cross-training esplosivo	■					■				

MASSAGGIO

Massage				■	■		■			
Massaggio energetico	■	■		■		■	■		■	
Massaggio connettivo 1	■					■				
Massaggio tonico	■	■				■			■	
Massaggio anti-stress	■					■				
Massaggio-relax	■	■	■	■		■	■		■	
Massaggio connettivo 2	■					■		■		
Massaggio cervicale nuca/ombro										■
Massaggio lombare										■
Amiotrofia	■	■							■	
Rimuscolazione	■	■							■	
Rafforzamento	■	■							■	
Punti motori	■					■				
Dimostrazione	■	■	■			■				
MI-SENSOR	■	In opzione	In opzione			■				
MI-SCAN	■	In opzione	In opzione			■				
MI-ACTION	■					■				
MI-TENS	■	In opzione				■				
MI-RANGE	■	In opzione				■				
CEFAR EASY TOUCH™				■	■		■	■		
CEFAR EASY TRAINING™				■	■		■	■		
Elettrodo EASY SNAP™ / CLIP	■	■	■			■			■	■
Guida all'utilizzo	Sito Web	Sito Web	Sito Web	CD-Rom		Sito Web	CD-Rom		Sito Web	
Pianificatore d'allenamento	Sito Web	Sito Web	Sito Web	CD-Rom						
Schermo retroilluminato	■	■	■	■	■	■	■	■		
Penna punto motore	■					■				
Batteria ricaricabile	■	■	■	■		■	■		■	
Caricatore veloce	■	■				■			■	
Batterie usa e getta				■	■		■	■		■

SPORT

FORMA

SALUTE

Corso



Ponte nasale regolabile esclusivo Julbo per occhiali **JULBO RACE**.



Scarpa **SALOMON XA Pro 3D XCR** per affrontare qualsiasi terreno difficile.



COMPLEX MI-FITNESS



Pantaloni da corsa **SALOMON EXO Tight:** Lycra Power® ed Exo-Sensifit per un confort ottimale.



Cardiofrequenzimetro **Polar:** un vero e proprio partner per l'allenamento!

Ciclismo

Telaio **LOOK 595 Origin** "tutto in carbonio": puro, sofisticato e di razza!



Scarpa strada **SCOTT Road Limited:** stabilità, leggerezza e perfetta regolazione al piede.



COMPLEX MI-SPORT



Casco **SCOTT Fuga Road:** leggerezza e massima ventilazione!



COMPLEX PERFORMANCE MI-READY

Giacca **SALOMON Sonic Skin** per il massimo confort antifrizione.



Nuoto



Design innovativo e tecnica per gli occhialini **TRIBORD X-Base**.



CEFAR MYO XT



COMPLEX ENERGY MI-READY

Costume da uomo **ARENA Buffle** in Waterfeel per una maggiore sensibilità in acqua.



Asciugamano da spiaggia **TRIBORD**, 100% cotone, 160x100 cm, velluto e tessuto bouclé!



Ciabatta **ARENA Pressure**, suola interna automassaggiante e suola esterna "Walk on water" ultra-aderente.



Tonicità



CEFAR ACTIV XT

Stuoia pieghevole **DOMYOS:** pieghevole e leggera per tutti gli esercizi di fitness al suolo a casa propria.



Roller **GO SPORT Galactik Lady 2:** per una pattinata fluida e un buon sostegno della caviglia.



Corda per saltare **DOMYOS:** impugnature in schiuma di lattice, cuscinetti a sfera e corda in cotone. Regolabile per l'allenamento cardiostrenuoso.



Top canotta **REEBOK Fitness.**

L'elettrostimolazione

L'uso dell'elettricità per stimolare una risposta muscolare meccanica sollecitando il sistema nervoso è un principio semplice e antico. È la padronanza di questa corrente, nel corso degli anni diventata sempre più accurata, che ha permesso di ottimizzare gli effetti ottenuti. CEFAR e COMPEX hanno contribuito in gran parte a questa evoluzione.

Negli anni Ottanta, sullo sfondo della rivoluzione elettronica, CEFAR e COMPEX hanno saputo prestare attenzione alla comunità medica e scientifica e la stretta collaborazione formatasi nel corso degli anni ha permesso di associare questi progressi tecnologici a una conoscenza sempre più approfondita della fisiologia. È così che è nata l'elettrostimolazione, capace di offrire efficacia, comfort e sicurezza. Adesso l'elettroterapia è parte integrante dei protocolli di riabilitazione, è riconosciuta da medici e da sportivi.



Come funziona?

Il principio dell'elettrostimolazione è molto semplice e riproduce fedelmente il processo attivato durante una contrazione muscolare volontaria. Quando si decide di contrarre un muscolo, il nostro cervello invia un comando sotto forma di corrente elettrica che viaggia ad alta velocità lungo le fibre nervose. Giunto a destinazione, questo segnale eccita il nervo motore che trasmette l'informazione ai dintorni del muscolo e attiva la contrazione muscolare.

Con l'elettrostimolazione, l'eccitazione è prodotta direttamente sul nervo motore da impulsi elettrici perfettamente adattati che ne garantiscono l'efficacia, la sicurezza e il comfort nel suo utilizzo. Infatti, il muscolo non è in grado di notare la differenza tra una contrazione volontaria (attivata dal cervello) e una contrazione elettro-indotta: il lavoro prodotto è identico. Ed è naturale!

I campi di applicazione sono vasti e sconosciuti

Lo sapete che con l'elettrostimolazione si può:

- Alleviare una lombalgia acuta
- Alleviare i dolori cervicali
- Avere un recupero migliore e più veloce dopo lo sforzo
- Guadagnare in resistenza
- Fare progressi in forza e velocità
- Lavorare la propria continuità
- Aumentare il proprio volume muscolare
- Attivare la circolazione sanguigna
- Prevenire le distorsioni delle caviglie
- Irrobustire la fascia addominale

E tutto questo:

- Senza sforzo osteotendineo sulle articolazioni,
- Senza affaticamento psichico
- Senza stress cardiaco

Ciò fa la differenza: Il comfort e la sicurezza!

Da CefarCompex gli stimolatori si differenziano tra loro dal tipo di programmi, dai loro accessori, dalle funzionalità differenti... ma soddisfano le stesse esigenze di comfort e di sicurezza.

Perché?

Per ottenere un lavoro muscolare efficace, è importante poter reclutare il maggior numero possibile di fibre muscolari.

Più l'energia di stimolazione è elevata, maggiore sarà il numero di fibre muscolari che lavorano. Più la stimolazione è confortevole, più è facile per l'utente aumentare le energie di stimolazione (dunque il numero di fibre muscolari che lavorano è elevato), di conseguenza, si traduce in un migliore risultato.

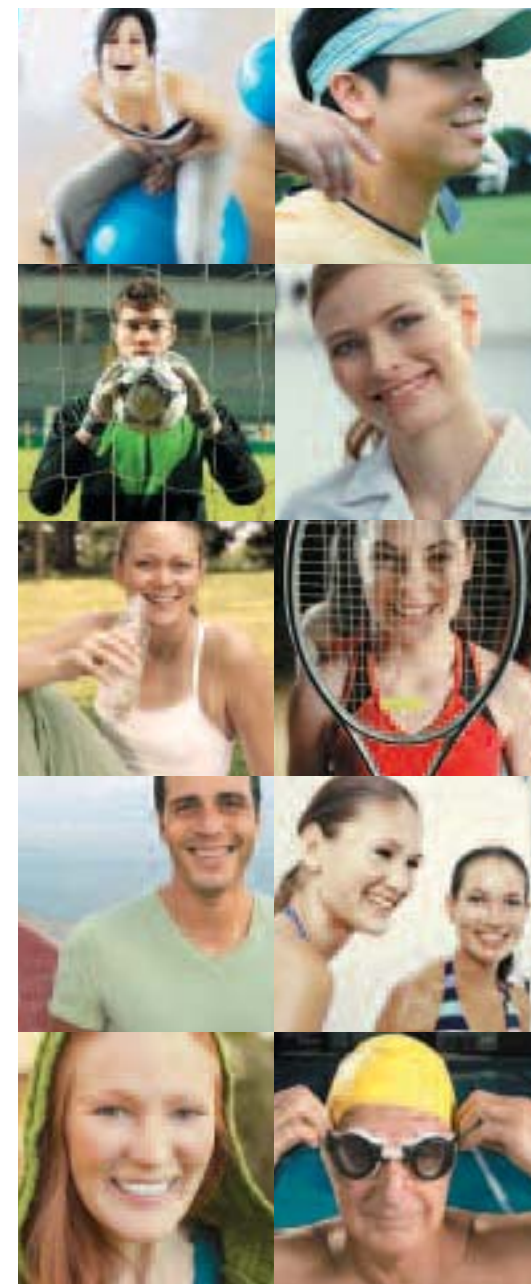
Come?

Tutto dipende dalla gestione sapiente della corrente.

Gli stimolatori Compex sono dotati di un generatore di corrente costante, che genera un impulso elettrico perfettamente controllato nonostante la resistenza elettrica specifica e variabile dei tessuti (per es. la pelle e i peli). Questo tipo di corrente bifase elimina qualsiasi rischio di ustione consentendo di lavorare in massima sicurezza in presenza di materiale di osteosintesi o di qualsiasi altra protesi metallica.

Come succede ogni volta che una tecnologia avanzata interessa un mercato vasto, le reali possibilità offerte dall'elettrostimolazione sono state sviate. Ricordiamo che l'elettrostimolatore rimane sempre un complemento e che non sostituisce in nessun caso la pratica.

La serietà e il rigore scientifico che presiedono a tutti gli stadi dello sviluppo dei prodotti CefarCompex conferiscono al marchio leader una supremazia incontestabile in questo ambito specifico.





www.cefarcampex.com

CefarCompex si riserva il diritto, senza alcun preavviso, di apportare modifiche e miglioramenti nei prodotti descritti in questo documento e, secondo l'evoluzione dei dati, di rivedere o di sopprimere questo documento.

Servizio Consumatori

Italia
CefarCompex
0230412057
info@compex-italia.it

Svizzera
CefarCompex
0848 111 312
info@compex.ch

fit & gym[®]
The Wellness Provider

www.fitegym.it

Timbro del rivenditore

CefarCompex - All rights reserved - RCS Ampey 383 341 588 - M310005 - 09/07 - V.10 - Si ringraziano per il servizio fotografico: Compex, Cefar, Semabore, Corbis, Laurent Baillieux, D. Pupo, Image 100, Afro, Brand X, Blend Images, Comstock, Zefa, Flint, MMProductions, Graphic Obsession, Pkland, Zen Shui.
Un particolare ringraziamento a: Arena, Decathlon, Go Sport, Julbo, Look, Polar, Salomon, Reebok, Scott.