

Programy MOTomed loop

1. PROGRAM WYTRZYMAŁOŚCIOWY (12 FAZ)					
TRENER RAMION			TRENER NÓG		
<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>	<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>
2 Min.	aktiv	3 / 15	2 Min.	aktiv	5 / 15
2 Min.	aktiv	4 / 15	2 Min.	aktiv	6 / 15
4 Min.	aktiv	5 / 15	4 Min.	aktiv	7 / 15
2 Min.	aktiv	7 / 15	2 Min.	aktiv	9 / 15
1 Min.	aktiv	7 / 15 (rw.)	1 Min.	aktiv	9 / 15 (rw.)
7 Min.	Symmetrie	7 / 15	7 Min.	Symmetrie	9 / 15
1 Min.	aktiv	7 / 15 (rw.)	1 Min.	aktiv	9 / 15 (rw.)
2 Min.	aktiv	7 / 15	2 Min.	aktiv	9 / 15
4 Min.	aktiv	5 / 15	4 Min.	aktiv	7 / 15
2 Min.	aktiv	4 / 15	2 Min.	aktiv	6 / 15
2 Min.	aktiv	3 / 15	2 Min.	aktiv	5 / 15
1 Min.	passiv	30 U./Min.	1 Min.	passiv	30 U./Min.
Σ 30 Min.			Σ 30 Min.		

Dokumenten-Nr.	Rev.	Erstellt am / von	Freigabe am / durch	Seite / von
Programy MOTomed loop POLSKA	g	2019-02-18 / Name	JJJJ-MM-TT / Name	1 / 9
Verteiler:				<input type="checkbox"/> AA <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> LST <input checked="" type="checkbox"/> ENTWURF
Dateipfad: C:\Users\POLOMED-1\Documents\POLOmed\MOTomed LOOP 2019\Programy MOTomed loop POLSKA.docx				

2. TRENING SIŁOWY (12 FAZ)					
TRENER RAMION			TRENER NÓG		
<i>CZAS(Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>	<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>
2 Min.	aktiv	3 / 15	2 Min.	aktiv	5 / 15
2 Min.	aktiv	4 / 15 (rw.)	2 Min.	aktiv	6 / 15 (rw.)
2 Min.	Symmetrie	5 / 15	2 Min.	Symmetrie	7 / 15
0,5 Min.	passiv	30 U./Min.	0,5 Min.	passiv	30 U./Min.
2 Min.	aktiv	6 / 15	2 Min.	aktiv	8 / 15
2 Min.	aktiv	7 / 15	2 Min.	aktiv	9 / 15
2Min.	aktiv	6 / 15	2 Min.	aktiv	8 / 15
0,5 Min.	passiv	30 U./Min.	0,5 Min.	passiv	30 U./Min.
2 Min.	Symmetrie	5 / 15	2 Min.	Symmetrie	7 / 15
2 Min.	aktiv	4 / 15 (rw.)	2 Min.	aktiv	6 / 15 (rw.)
2 Min.	aktiv	3 / 15	2 Min.	aktiv	5 / 15
1 Min.	passiv	30 U./Min.	1 Min.	passiv	30 U./Min.
Σ 20 Min.			Σ 20 Min.		

Dokumenten-Nr.	Rev.	Erstellt am / von	Freigabe am / durch	Seite / von
Programy MOTOMed loop POLSKA	g	2019-02-18 / Name	JJJJ-MM-TT / Name	2 / 9
Verteiler:				<input type="checkbox"/> AA <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> LST <input checked="" type="checkbox"/> ENTWURF
Dateipfad: C:\Users\POLOMED-1\Documents\POLOmed\MOTOMed LOOP 2019\Programy MOTOMed loop POLSKA.docx				

3. UDAR MÓZGOWY

TRENER RAMION (12 FAZ)			TRENER NÓG (10 FAZ)		
<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>	<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>
1 Min.	passiv	20 U./Min.	1 Min.	passiv	20 U./Min.
1 Min.	passiv	25 U./Min.	1 Min.	passiv	25 U./Min.
1 Min.	passiv	30 U./Min.	1 Min.	passiv	30 U./Min.
1 Min.	aktiv	3 / 20	2 Min.	aktiv	5 / 20
2 Min.	Symmetrie	3 / 20	2 Min.	Symmetrie	5 / 20
1 Min.	Lilly Lane	3 / 20	2 Min.	passiv	25 U./Min. (rw.)
1 Min.	Lilly Lane	3 / 20	2 Min.	Symmetrie	5 / 20
3 Min.	passiv	25 U./Min. (rw.)	2 Min.	passiv	25 U./Min. (rw.)
1 Min.	Lilly Lane	3 / 20	4 Min.	Billy Balance	5 / 20
1 Min.	Lilly Lane	3 / 20	3 Min.	passiv	25 U./Min.
4 Min.	Billy Balance	3 / 20	Σ 20 Min.		
3 Min.	passiv	25 U./Min.			
Σ 20 Min.					

Dokumenten-Nr.	Rev.	Erstellt am / von	Freigabe am / durch	Seite / von
Programy MOTomed loop POLSKA	g	2019-02-18 / Name	JJJJ-MM-TT / Name	3 / 9
Verteiler:				<input type="checkbox"/> AA <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> LST <input checked="" type="checkbox"/> ENTWURF
Dateipfad: C:\Users\POLOMED-1\Documents\POLOmed\MOTomed LOOP 2019\Programy MOTomed loop POLSKA.docx				

4. Multiple Sklerose MS (STWARDNIENIE ROZSIANE)

TRENER RAMION (8 FAZ)			TRENER NÓG (7 FAZ)		
<i>Czas (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>Obroty</i>	<i>Czas (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>Obroty</i>
3 Min.	passiv	20 U./Min.	3 Min.	passiv	20 U./Min.
3 Min.	aktiv	3 / 20	3 Min.	aktiv	5 / 20
3 Min.	passiv	25 U./Min.	3 Min.	passiv	25 U./Min.
1 Min.	Lilly Lane	3 / 20	2 Min.	Symmetrie	5 / 20
1 Min.	Lilly Lane	3 / 20	2 Min.	passiv	20 U./Min. (rw.)
2 Min.	passiv	20 U./Min. (rw.)	5 Min.	Billy Balance	5 / 20
5 Min.	Billy Balance	3 / 20	2 Min.	passiv	20 U./Min
2 Min.	passiv	20 U./Min.	Σ 20 Min.		
Σ 20 Min.					

Dokumenten-Nr.	Rev.	Erstellt am / von	Freigabe am / durch	Seite / von
Programy MOTomed loop POLSKA	g	2019-02-18 / Name	JJJJ-MM-TT / Name	4 / 9
Verteiler:				<input type="checkbox"/> AA <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> LST <input checked="" type="checkbox"/> ENTWURF
Dateipfad: C:\Users\POLOMED-1\Documents\POLOmed\MOTomed LOOP 2019\Programy MOTomed loop POLSKA.docx				

5.PROGRAM ROZLUZNIAJĄCY (9 FAZ)

TRENER RAMION			TRENER NÓG		
<i>Czas (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>Obroty</i>	<i>Czas (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>Obroty</i>
1 Min.	passiv	15 U./Min.	1 Min.	passiv	15 U./Min.
1 Min.	passiv	25 U./Min.	1 Min.	passiv	25 U./Min.
2 Min.	passiv	30 U./Min.	2 Min.	passiv	30 U./Min.
3 Min.	passiv	35 U./Min.	3 Min.	passiv	35 U./Min.
1 Min.	passiv	30 U./Min.	1 Min.	passiv	30 U./Min.
1 Min.	passiv	25 U./Min. (rw.)	1 Min.	passiv	25 U./Min. (rw.)
2 Min.	passiv	30 U./Min. (rw.)	2 Min.	passiv	30 U./Min. (rw.)
2 Min.	passiv	35 U./Min. (rw.)	2 Min.	passiv	35 U./Min. (rw.)
2 Min.	passiv	25 U./Min. (rw.)	2 Min.	passiv	25 U./Min. (rw.)
Σ 15 Min.			Σ 15 Min.		

Dokumenten-Nr.	Rev.	Erstellt am / von	Freigabe am / durch	Seite / von
Programy MOTomed loop POLSKA	g	2019-02-18 / Name	JJJJ-MM-TT / Name	5 / 9
Verteiler:				<input type="checkbox"/> AA <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> LST <input checked="" type="checkbox"/> ENTWURF
Dateipfad: C:\Users\POLOMED-1\Documents\POLOmed\MOTomed LOOP 2019\Programy MOTomed loop POLSKA.docx				

Opcja urządzenia Parkinson-Model jest wyposażony w następujące programy :

1.CHOROBA Parkinsona (7 FAZ) → bei MOTomed loop.p Modellen					
TRENER RAMION			TRENER NÓG		
<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>	<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>
1 Min.	passiv	30 U./Min.	1 Min.	passiv	30 U./Min.
1,5 Min.	passiv	50 U./Min.	1,5 Min.	passiv	50 U./Min.
2,5 Min.	passiv	70 U./Min.	2,5 Min.	passiv	70 U./Min.
30 Min.	aktiv	3 mit 90 U./Min.	30 Min.	aktiv	5 mit 90 U./Min.
2,5 Min.	passiv	70 U./Min.	2,5 Min.	passiv	70 U./Min.
1,5 Min.	passiv	50 U./Min.	1,5 Min.	passiv	50 U./Min.
1 Min.	passiv	30 U./Min.	1 Min.	passiv	30 U./Min.
Σ 40 Min.			Σ 40 Min.		

Dokumenten-Nr.	Rev.	Erstellt am / von	Freigabe am / durch	Seite / von
Programy MOTomed loop POLSKA	g	2019-02-18 / Name	JJJJ-MM-TT / Name	6 / 9
Verteiler:				<input type="checkbox"/> AA <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> LST <input checked="" type="checkbox"/> ENTWURF
Dateipfad: C:\Users\POLOMED-1\Documents\POLOmed\MOTomed LOOP 2019\Programy MOTomed loop POLSKA.docx				

2. KOORDYNACJA MOTomed loop p Model

TRENER RAMION (11 FAZ)			TRENER NÓG (9 FAZ)		
<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>	<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>
1 Min.	passiv	50 U./Min.	1 Min.	passiv	50 U./Min.
1 Min.	passiv	70 U./Min.	1 Min.	passiv	70 U./Min.
1 Min.	passiv	90 U./Min.	1 Min.	passiv	90 U./Min.
2,5 Min.	Lilly Lane	3 / 20	5 Min.	aktiv	5 / 20
2,5 Min.	Lilly Lane	3 / 20	1 Min.	passiv	70 U./Min.
1 Min.	passiv	70 U./Min.	1 Min.	passiv	90 U./Min.
1 Min.	passiv	90 U./Min.	5 Min.	aktiv	5 / 20
2,5 Min.	Lilly Lane	3 / 20	2 Min.	passiv	75 U./Min.
2,5 Min.	Lilly Lane	3 / 20	1 Min.	passiv	50 U./Min.
2 Min.	passiv	75 U./Min.			
2 Min.	passiv	50 U./Min.			
19 Min.			18 Min.		

Dokumenten-Nr.	Rev.	Erstellt am / von	Freigabe am / durch	Seite / von
Programy MOTomed loop POLSKA	g	2019-02-18 / Name	JJJJ-MM-TT / Name	7 / 9
Verteiler:				<input type="checkbox"/> AA <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> LST <input checked="" type="checkbox"/> ENTWURF
Dateipfad: C:\Users\POLOMED-1\Documents\POLOmed\MOTomed LOOP 2019\Programy MOTomed loop POLSKA.docx				

3. PROGRAM SIŁOWY MOTomed loop p Model

TRENER RAMION (19 FAZ)			TRENER NÓG (19 FAZ)		
<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>	<i>CZAS (Min.)</i>	<i>Aktiv/Passiv</i>	<i>OBROTY</i>
2 Min.	aktiv	3 / 70	2 Min.	aktiv	5 / 70
5 Min.	aktiv	5 / 70	5 Min.	aktiv	7 / 70
0,5 Min.	aktiv	7 / 70	0,5 Min.	aktiv	9 / 70
0,5 Min.	aktiv	9 / 70	0,5 Min.	aktiv	11 / 70
0,5 Min.	passiv	70	0,5 Min.	passiv	70
0,5 Min.	passiv	90	0,5 Min.	passiv	90
5 Min.	aktiv	5 / 70	5 Min.	aktiv	7 / 70
0,5 Min.	aktiv	7 / 70	0,5 Min.	aktiv	9 / 70
0,5 Min.	aktiv	9 / 70	0,5 Min.	aktiv	11 / 70
0,5 Min.	passiv	70	0,5 Min.	passiv	70
0,5 Min.	passiv	90	0,5 Min.	passiv	90
5 Min.	aktiv	5 / 70	5 Min.	aktiv	7 / 70
0,5 Min.	aktiv	7 / 70	0,5 Min.	aktiv	9 / 70
0,5 Min.	aktiv	9 / 70	0,5 Min.	aktiv	11 / 70
0,5 Min.	passiv	70	0,5 Min.	passiv	70
0,5 Min.	passiv	90	0,5 Min.	passiv	90

Dokumenten-Nr.	Rev.	Erstellt am / von	Freigabe am / durch	Seite / von
Programy MOTomed loop POLSKA	g	2019-02-18 / Name	JJJJ-MM-TT / Name	8 / 9
Verteiler:				<input type="checkbox"/> AA <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> LST <input checked="" type="checkbox"/> ENTWURF
Dateipfad: C:\Users\POLOMED-1\Documents\POLOmed\MOTomed LOOP 2019\Programy MOTomed loop POLSKA.docx				

5 Min.	aktiv	2 / 70	5 Min.	aktiv	4 / 70
1 Min.	passiv	90	1 Min.	passiv	90
1 Min.	passiv	70	1 Min.	passiv	70
30 Min.			30 Min.		

Dokumenten-Nr.	Rev.	Erstellt am / von	Freigabe am / durch	Seite / von
Programy MOTOmed loop POLSKA	g	2019-02-18 / Name	JJJJ-MM-TT / Name	9 / 9
Verteiler:				<input type="checkbox"/> AA <input type="checkbox"/> FB <input type="checkbox"/> LST <input checked="" type="checkbox"/> ENTWURF
Dateipfad: C:\Users\POLOMED-1\Documents\POLOmed\MOTOmed LOOP 2019\Programy MOTOmed loop POLSKA.docx				