

ROTON: BOOST YOUR BODY

EMS-Training zu Hause: In nur 15 Minuten straffer, schlanker, fitter

Lohmar, November 2020 **EMS-Training zu jeder Zeit, an jedem Ort: mit ROTON Star und ROTON Galaxy. Die mobilen EMS-Trainingsgeräte bringen den Körper in Top-Form - ob zu Hause, auf Reisen, alleine oder mit Freunden. Ihre Effizienz steht Studiogeräten in nichts nach. Nur zweimal die Woche 15 Minuten EMS-Heimtraining reichen für eine maximale Wirkung: straffer, schlanker, fitter.**



Einfach den EMS-Heimtrainer einschalten, das EMS-Elektroden- und Westen-Set anziehen und los geht's mit dem Muskelaufbau. **Ohne Sport und Gelenkbelastung!** Perfekt für Sport-Muffel. Jedes EMS-Homegerät des Lohmarer Unternehmens ROTON garantiert ein intensives Trainingserlebnis mit **schnell spürbaren Ergebnissen**. Die Geräte sind so effektiv, dass 15-minütige Trainingseinheiten zweimal die Woche völlig ausreichen. Flexibler und einfacher kann EMS-Training in Studioqualität nicht sein.

Der [ROTON Star](#) für Anfänger und der [ROTON Galaxy](#) für Fortgeschrittene sind gerade mal drei Kilo leicht. Beide sind mit Easy-touch-Buttons einfach und sicher zu bedienen. Dank eines integrierten Akkus sind die EMS-Heimtrainingsgeräte **überall und jederzeit einsetzbar** und passen sogar ins Urlaubsgepäck. „Boost your Body“ war niemals leichter.

Minimaler Zeitaufwand, maximale Muskelwirkung

Studien und Erfahrungsberichte zeigen, dass die niederfrequenten EMS-Stromimpulse die Muskulatur effektiv aufbauen. Netter Nebeneffekt: straffere Haut und Gewichtsverlust. Der minimale Zeit- und Leistungsaufwand macht EMS (Elektro-Myo-Stimulation) besonders attraktiv.

Immer mehr Fitnessstudios bieten die Trainingsmethode zum Muskelaufbau an. Aber abgesehen von dem Kostenaufwand hat nicht jeder Trainingswillige die Lust, Zeit oder

Möglichkeit für einen Studiobesuch. Das ist auch nicht notwendig. **Die mobilen EMS-Home-Geräte von ROTON bieten die gleiche Trainingsintensität wie ein Studio-Equipment.** Die gleiche Impulsqualität, die gleiche Wirkung - aber in den eigenen vier Wänden.

EMS für zu Hause ist ideal für Menschen, die nur wenig oder überhaupt keinen Sport treiben. Couch-Potatos, die aber dennoch ihren Körper formen und ihre Gesundheit unterstützen möchten. Oder Menschen, denen klassisches Training einfach nicht möglich ist. Aber auch Athleten nutzen EMS, um damit ihr Fitnessprogramm schnell und effektiv zu ergänzen.

Das gelenkschonende Training wird schon seit den 1970er-Jahren eingesetzt. Zunächst als therapeutische Maßnahme, um nach Verletzungen die Muskulatur schonend aufzubauen. Heute ist EMS aus dem Fitnessbereich nicht mehr wegzudenken.



Was macht EMS mit dem Körper?

Mit EMS baut der Körper in kürzerer Zeit Muskeln auf als mit einem konventionellen Training. Wie ist das möglich? Bei einer natürlichen Muskelanspannung senden Synapsen elektrochemische Signale ans Gehirn. Von dort gehen die Befehle weiter zu den Muskelzellen und stimulieren diese beispielsweise im Bizeps. Hier setzt EMS an. Mit seinen kleinen Elektroden löst es dieselbe Signalkette aus - und das **zeitgleich in nahezu allen Muskelbereichen**. Das funktioniert, weil die Muskelzellen nicht zwischen maschinellen und menschlichen Impulsen unterscheiden können.

Sowohl das Einsteigermodell ROTON Star als auch der ROTON Galaxy für EMS-Erfahrene bieten leistungsstarke Studio-Technik und elegantes Design zu einem attraktiven Preis. Was allen Geräten gemein ist: effizienter Muskelaufbau ganz ohne Sport.

Info: Kostenlose standardmäßige Einweisung per Telefon. Persönliche Einweisung vor Ort gegen Gebühr möglich. Ein Anleitungsvideo steht ebenfalls zur Verfügung. Wie bei jeder intensiven Trainingsmethode ist es ratsam, vorab Rücksprache mit seinem Arzt zu halten. Mehr Informationen finden Sie unter www.roton-ems.com

Weiteres (hochaufgelöstes) Bildmaterial finden Sie [hier](#).

Die Bildrechte liegen bei ROTON. Alle Fotos dürfen nur in Verbindung mit einer redaktionellen Berichterstattung unter Nennung von ROTON verwendet werden. Eine kommerzielle Nutzung ist untersagt.

Videomaterial stellt Ihnen wir Ihnen auf Anfrage gerne zur Verfügung.

Sprechen Sie uns auf ein **Testtraining** an.

Sollte es zu einer Veröffentlichung kommen, freuen wir uns sehr über die Zusendung eines Belegexemplars bzw. Angabe des Links.

Pressekontakt:

DietzSchmitt Media GbR

Petra Dietz / Sarah Schmitt

+49 2246 208 7299

info@dietzschmitt-media.com

Zum Unternehmen ROTON

Die Firma ROTON (VG Marketing GmbH &Co. KG) hat ihren Sitz in Lohmar. Das Unternehmen wurde 2005 gegründet und war bis 2017 für den Exklusivvertrieb der Vibrationsgeräte „VibroGym“ verantwortlich. 2017 wurde die gleichnamige Marke ROTON ins Leben gerufen: Mit ROTON Star und ROTON Galaxy entwickelte die Firma zwei innovative Produkte für den Heimtrainingsmarkt. Bereits seit 2003 arbeitet Diplom Sportwissenschaftler Daniel Schäfer mit der EMS-Technologie. Er weiß aus eigener Erfahrung, wie wirkungsvoll das Training ist. Nach einem Autounfall mit Plexus Läsion baute Daniel Schäfer mit EMS seine Muskulatur wieder schonend und effektiv auf.