

Joyblance – Stabilität als Fundament des Körpers

Innovative Trainingsgeräte erleichtern Therapeuten und Sportwissenschaftlern in der täglichen Praxis ihre Arbeit mit Patienten und Sportlern immer wieder. Das patentierte **Joyblance®** dient im Rahmen dieser Aufgabe dazu, das Fundament eines jeden Menschen – die Stabilität - zu trainieren. Mit der Grundidee, eine Basis für Alltag und Sport legen zu können, entwickelte Jovan Ilic ein Gerät, welches dabei helfen sollte sowohl Verletzungen vorzubeugen, Rückenschmerzen zu lindern als auch Bandscheibenvorfälle zu minimieren und beweglich bis ins hohe



Sportwissenschaftler Bastian Otto von R2comsport beim Stabilitätstraining auf dem Joyblance®

Alter zu bleiben. Völlig unabhängig vom Trainingszustand kann sofort mit dem Training der Halte- und Stützmuskulatur des Körpers begonnen werden. Vor allem die neuronalen Verbindungen zwischen dem Gehirn und den ausführenden Muskeln werden mit der Verwendung des Joyblance® weiter ausgebildet.

Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer – alles begründet sich auf die Stabilität als Fundament alltäglicher Bewegung, aber auch von Höchstleistungen. Angefangen von allgemeinen Übungen für bessere Trittsicherheit und Standfestigkeit unter professioneller Anleitung beim Physiotherapeuten oder Personal Trainer, wie es auch die Mitarbeiter von R2comSport in Neu-Isenburg bei Frankfurt/Main in ihrer täglichen Praxisarbeit mit Alltagsmenschen und Leistungssportlern anwenden, bis hin zu sportartspezifischem Training unter Berücksichtigung besonderer athletischer Anforderungsprofile bietet das Joyblance® ein breites Spektrum an Einsatzmöglichkeiten. So lässt sich nicht nur die Variabilität verschiedenartigster Bewegungsmuster verbessern sondern vor allem auch das Verletzungsrisiko in Alltag und Leistungssport minimieren.



Joyblance Basic

Aber wie genau funktioniert das? Die Vielseitigkeit des patentierten Joyblance® resultiert aus den unzähligen Verstellmöglichkeiten eines längsverlaufenden Spanngurtes in einem

transportablen Rahmen. Dieses wird durch 6 querverlaufende Gummiseile gehalten, mit denen der Widerstand des Spanngurtes nicht nur verstellt sondern auch objektiv dokumentiert werden kann. Dabei entscheiden die Spannbandstellung (Kippstärke) sowie die Breite des Spanngurtes grundlegend über den Schwierigkeitsgrad der ausgeführten Übungen, welche durch Zusatzaufgaben oder die Hinzunahme weiterer Kleingeräte wie beispielsweise eines Balles, Therabandes o.a. erschwert werden kann.

Soziales Engagement und regionale Bezogenheit zu fairen Preisen spielten neben dem breit gefächerten Einsatzgebiet des Joyblance© eine wichtige Rolle für die Hersteller. Alle Teile der Produkte-Serie des Joyblance werden in verschiedenen Behindertenwerkstätten Deutschlands unter höchsten Qualitätsansprüchen an Material und Verarbeitung gefertigt. Dadurch sind Trainern wie auch Trainierenden mit diesem umfassenden Grundkonzept eines Stabilitätstrainings in der persönlichen Weiterentwicklung und individuellen Zielsetzungen keine Grenzen nach oben gesetzt.

Die aktuellen Einsatzgebiete umfassen derzeit die Sportarten Fußball, Handball, Basketball, Ringen, Tanzen uvm. auf Amateur- und Profisportniveau. Zusätzlich dazu findet das Joyblance© ebenfalls eine hohe Anwendung in den Bereichen Bewegungstherapie in Kindergärten, Physiotherapie oder beim altersgerechten Seniorentaining zur Sturzprävention.

Das Fundament ihres Körpers – wie es Jovan Ikić beschreibt – wartet mit dem Joyblance© nur darauf verbessert zu werden, um sich psychisch und physisch stärker zu fühlen als jemals zuvor. Dank professioneller Unterstützung kann dieses Ziel sehr schnell und durch den transportablen Einsatz überall in greifbare Nähe rücken.