

Anwendungsbeispiele:  
Example of use:



# The *most* advanced

# TurboStep *The premium edition*

Die Massage geht auf eine alte Tradition zurück. Ob nun in der griechischen Antike, im alten Rom, im Morgenland, oder in den europäischen Ländern – schon immer wussten die Menschen ihre Leistungsfähigkeit nach körperlicher Arbeit und Anspannung zu regenerieren und zu steigern. Die Massage regt das Nerven- und Kreislaufsystem an, Muskeln und Organe werden so optimal durchblutet. Der Körper kann besser entschlacken und Sie fühlen sich wieder frisch und leistungsfähig.

The art of massage enjoys a lengthy history and rich tradition. Massage is a proven way to regenerate, relax and reinvigorate your whole body. Throughout the world, people of all walks of life seek the numerous benefits of massage to relieve pain, relax muscles and speed healing after strains and sprains. In addition, a massage can aid in healthy blood circulation as well as provide comforting sensory stimulation. After a massage you feel rejuvenated and ready to take on the challenges of the day.



## CASADA TURBOSTEP

Maß/measure: 75 x 60 x 130 cm  
Gewicht/weight: 60 kg  
Spannung/power source:  
AC ~ 230 V 50 Hz, 380 Watt  
Laufzeit /operating time:  
5 - 30 Minuten 5 - 30 Minutes  
Zertifikate/certificates:



[www.casada.com](http://www.casada.com)

**CASADA**  
health & beauty





## Just feel the difference and change your lifestyle!

Seit über 40 Jahren versucht man mit Vibrationsgeräten die natürlichen Reflexe der menschlichen Muskulatur zu stimulieren, um den Muskelaufbau zu stärken und ein Training ohne körperliche Anstrengung zu ermöglichen. Leider vergeblich, denn mit herkömmlichen Geräten erreicht man nur etwa 40 % der Muskelfasern, weil sie ausschließlich vertikale Bewegungen ausführen.

Der TurboStep nutzt Bewegungen dreidimensionaler Natur, die sich innerhalb der Muskulatur wellenförmig fortsetzen und somit um ein vielfaches tiefer eindringen. Nahezu 100% der Muskelfasern werden zu Reflexen angeregt. Je nach eingestellter Frequenz spannen und lösen sich die Muskeln bis zu 50mal pro Sekunde. Kraft, Elastizität und Koordination werden gleichzeitig trainiert, hinzu kommt ein straffender Effekt für die unteren Gewebeschichten. Ein 10minütiger Einsatz reicht völlig aus, um einen Trainingsreiz zu setzen, der eine 90minütige körperliche Betätigung ersetzt. Dabei produziert der Körper sowohl Serotonin (Glückshormon), als auch Testosteron und Wachstumshormone, während die Stresshormone stärker abgebaut werden.

#### Das regelmäßige Training mit dem TurboStep (2 – 3 x wöchentlich je 10 – 20 Min.)

- > steigert die Muskelkraft
- > verbessert die Durchblutung
- > erhöht die Beweglichkeit von Muskeln und Gelenken
- > stärkt die Knochenstruktur
- > bekämpft Orangenhaut
- > aktiviert die Fettverbrennung und beugt der Osteoporose (Knochenentkalkung) vor.

Dabei ist der Aufwand so gering. Es wird keine aufwändige Ausrüstung oder Kleidung benötigt, das Gerät selbst ist kompakt und platzsparend gebaut. Durch die Energiezufuhr von außen wird der Körper kaum belastet, das Training als weitaus weniger anstrengend empfunden als herkömmliche Trainingsmethoden. Mit seinem eleganten Design ist der TurboStep eine echte Bereicherung für Ihren Fitnessraum. Trotz der kompakten Abmessungen birgt er geballte Kraft, die er Dank seiner revolutionären Technologie an Ihren Körper weitergibt. Muskeln werden trainiert, die tiefliegenden Gewebeschichten werden zu verstärkter Collagenproduktion angeregt. Die Haut wird gestrafft, Fettgewebe verbrannt.

#### Der Health & Beauty – Trainer aus dem Hause Casada.

Since more than 40 years people try to activate natural reflexes of the human musculature by vibrations, to help building up muscles and to train without considerable efforts. Conventional training methods touch only 40% of the muscle fibres, although the high exertion often overstresses the body.

The TurboStep works with three-dimensional movements, continuing their way wavelike through the inner parts of the muscles, reaching deeper than ever. Nearly 100% of the muscle fibres are induced to react. Depending on the chosen frequency the muscles tense and relax up to 50 times per second. Within only 10 minutes you can receive results that exceed those of a 90 minutes conventional training. At the same time the body produces Serotonine, testosterone and growth hormones, while stress is reduced.

#### The regular training with the TurboStep (2 – 3x a week, 10 – 20 min. each time)

- > increases muscle power
- > improves blood circulation
- > increases flexibility
- > prevents and fights osteoporosis
- > fights cellulite

It is so easy to do. No sophisticated equipment or wardrobe necessary, the TurboStep is easy to store and to handle. Due to the external energy input the body is less exhausted compared with the ordinary training. Its elegant design primps your Gym-room. In spite of its compact dimensions, it offers solid power passed to your body by its revolutionary technology. Muscles are trained, the production of collagen is increased, your skin becomes tightened.

Your Health & Beauty Trainer – made by Casada.

### CASADA TURBOSTEP

- > oszillierende Vibrationsplattform für optimales Muskeltraining
- > bis 150 kg belastbar
- > leistungsstark und lauffähig
- > stufenlos regelbare Frequenz
- > intuitives Bedienfeld
- > DVD – Trainingsprogramm

- > oscillating platform for optimized training
- > up to 150 kg maximum load
- > calm and powerful
- > adjustable frequency
- > intuitive control panel
- > adjustable amplitude

