DE

DLS Dynamic Load System

intelligent motion

intelligentmotion.at

Trainieren ohne Limits.

intelligent motion

Maximiere deine Ergebnisse im Krafttraining.

Das ***DLS*** ist die weltweit erste Erfindung, die eine dynamische Widerstandskurve im freien Gewichtstraining mit standardisierten olympischen Langhanteln erzeugt – und das in jedem bestehenden Power Rack.
Es wurde von Athleten für Athleten entwickelt, um das natürlichste Trainingsgefühl zu schaffen. Stelle dir eine Gewichtsscheibe vor, die ihren Widerstand in Millisekunden ändern kann.

Entwickelt für deine Bedürfnisse.

Das ***DLS*** kann eine zusätzliche Last von bis zu 100 kg erzeugen.
Es ist so konzipiert, dass es für ein stabiles und natürliches Trainingsgefühl mit normalen Gewichtsscheiben verwendet werden kann.

Übernimm die volle Kontrolle über dein Training.

Bestimme genau, wie viel Gewicht du wann auf die Hantel laden möchtest. +10 kg in der konzentrischen Phase? Kein Problem. +100 kg in der exzentrischen Phase? Mit dem ***DLS*** machbar. Passe den Widerstand in 1 kg-Schritten für höchste Präzision an.

Das ***DLS*** geht noch weiter: Erstelle dein individuelles Profil, und das System passt die Belastung basierend auf deinem Bewegungsumfang oder deinem Tempo dynamisch an. Noch mehr Varianten? Entdecke unser Drop-Set- und Functional-Isometric-Programm für gezielte Leistungssteigerung.

Mit dem fortschrittlichen Performance-Monitoring erhältst du alle Einblicke, die du für ein optimiertes Trainingsmanagement und kontinuierlichen Fortschritt brauchst.

Gewichtsanpassung im perfekten Moment.

Pure Eccentrics

- Overload-Funktion
- Individuelle konzentrische Phase
- Individuelle exzentrische Phase
- Personalisierte Einstellungen

Nutze individuelle Trainingsprofile, um die Progression über Trainingszyklen hinweg zu optimieren und an Defiziten zu arbeiten.

Drop Sets

- Drop Sets mit einstellbarem Gewicht für gezielte Intensität
- Automatische Fehlererkennung über Geschwindigkeit und Zeit in der konzentrischen Phase
- Widerstand kann automatisch reduziert werden, um zusätzliche Wiederholungen nach Muskelversagen zu ermöglichen
- Möglichkeit, einen individuellen Wiederholungsbereich festzulegen – unabhängig von Geschwindigkeit oder Zeit.

Tempo Based

- Gewichtszunahme nur während der konzentrischen Phase, basierend auf Bewegungsgeschwindigkeit
- Ober- und Untergrenzen für Geschwindigkeit und Gewicht anpassbar
- Ideal für explosives Krafttraining

Position Based

- Widerstand passt sich automatisch deinem Bewegungsumfang und Profil an
- Individuelle Profile: Belastung innerhalb deiner ROM festlegen
- Aufsteigende, abfallende oder glockenförmige Belastungskurven
- Präzise Lastkontrolle – du weißt jederzeit, wie viel Gewicht du bewegst

Functional Isometrics

- Exakte Punkte im Bewegungsumfang (ROM) für gezieltes Überladen kalibrieren
- Sofortige Gewichtserhöhung, wenn der Athlet den kalibrierten Punkt erreicht
- Überlastungsdauer für die gewünschte Zeit einstellen

Präzises Monitoring.

Das ***DLS*** verfügt über Monitoring-Funktionen und erfasst verschiedene Arten von Daten.

Alle Trainingsdaten können auf einem USB-Stick gespeichert und später analysiert oder in den Trainingsplan integriert werden. Funktionen wie Sticking-Point-Analyse helfen, den Punkt im Bewegungsumfang mit der geringsten Geschwindigkeit zu bestimmen. Die Aufzeichnung der mittleren konzentrischen Beschleunigungsgeschwindigkeit unterstützt auch die Entwicklung von geschwindigkeitsbasierten Trainingsprogrammen.

Was das ***DLS*** aufzeichnet

Allgemeine Aufzeichnung der schnellsten Wiederholung:

- **Sätze**
- **Wiederholungen**
- **Bewegungsumfang (ROM)**
- **Time under Tension (TUT)**
- **maximale** und **durchschnittliche konzentrische Leistung**
- **maximale** und **durchschnittliche konzentrische Geschwindigkeit**
- **durchschnittliche konzentrische** und **exzentrische Kraft**
- **Gewicht**

Detaillierte Aufzeichnung jeder Wiederholung:

- **Bewegungsumfang (ROM)**
- **Zeit konzentrisch** und **exzentrisch**
- **maximale** und **durchschnittliche konzentrische Leistung**
- **maximale** und **durchschnittliche konzentrische Geschwindigkeit**
- **durchschnittliche konzentrische** und **exzentrische Kraft**

Nichts zu montieren.

Das ***DLS*** lässt sich in jedes bestehende Power Rack integrieren.
Es ist keine Montage erforderlich – einfach neben dem Rack platzieren.

„Das DLS-System ist eine großartige Ergänzung für das freie Gewichtstraining – dynamischer Widerstand, präzise Lastkontrolle und maximale Sicherheit in jeder Wiederholung.“

Mag. Stefan Schwaiger
COO Olympisches Zentrum Niederösterreich

Warum mit dem **DLS** trainieren?

Das ***DLS*** richtet sich an erfahrene Kraftsportler, die ihre Leistung auf das nächste Level bringen möchten. Richtig eingesetzt, verwandelt es Trainingsplateaus in Fortschritt.
Es gibt keine Grenzen – nur unzählige Möglichkeiten, deine Leistung zu verbessern.

„Je nach Programm und Intensität kann das *DLS* einen sehr hohen Reiz im muskuloskelettalen als auch zentralen Nervensystem setzen.

Es ist perfekt für fortgeschrittene Athleten, um Kraftplateaus zu überwinden. Einmal in den Trainings-block integriert, ist es nicht mehr wegzudenken.“

Lukas Huber
Erfinder & Athlet

intelligent motion entwickelt robotische und sensorbasierte Geräte für mehr Erfolg im Spitzensport und in der medizinischen Therapie.

Bereit für den nächsten Schritt.

intelligent motion gmbh
Hauptstraße 13
4552 Wartberg an der Krems, Austria

+43 699 173 23 402
info@intelligentmotion.at
intelligentmotion.at