



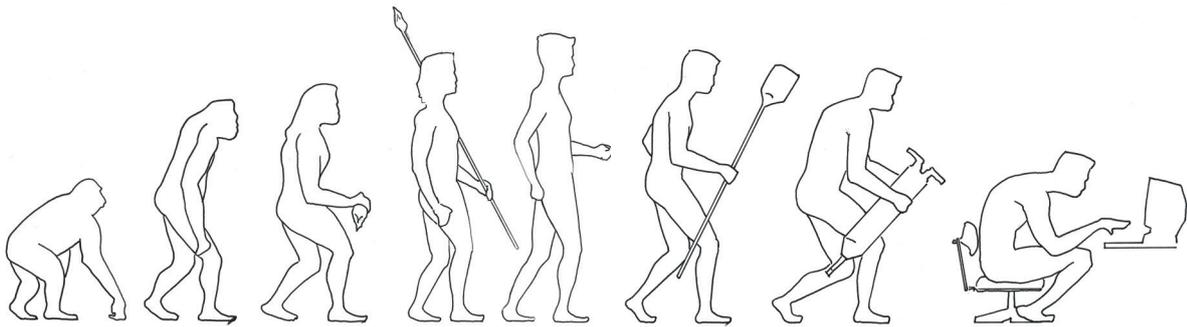
**ERREICHE
NEUE
ZIELGRUPPEN**

**DEIN
ERFOLGSKONZEPT
DER ZUKUNFT**

WARUM FIVE?

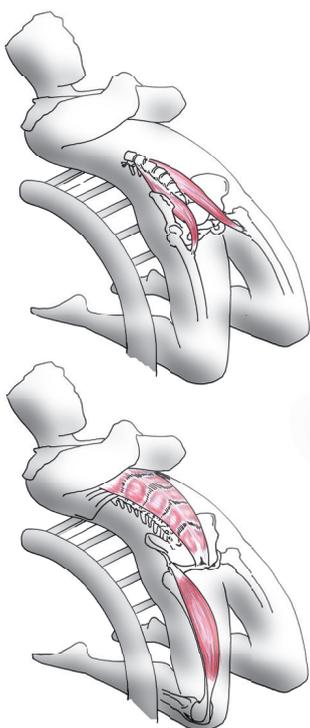
DIE LOGIK DES SCHMERZES

Der Homo Sapiens hat sich per Evolution zum Jäger und Sammler entwickelt – konzipiert für die freie Wildbahn mit einem fürs Jagen und Sammeln entwickelten Bewegungsapparat. Heute leben wir in einer modernen hochtechnologisierten Welt. Das bedeutet – evolutionsbedingt – nicht unserer Art entsprechend. Dies kann verschiedenste Krankheiten, wie Schmerzen im Bewegungsapparat, zur Folge haben. Diese Form der Entwicklung kann den menschlichen Körper zusehends degenerieren und schädigen.



FIVE ALS KÖRPERHYGIENE

Beim Training mit den five-Geräten wird der gesamte Körper gegen seine alltagsbedingte Fehlhaltung bei gleichzeitiger Aktivität der Muskelketten wieder in seine natürliche Position gebracht. Bereits vier bis fünf Rückwärtsbewegungen pro Tag können das körperliche Empfinden positiv verändern. five kann sowohl bei akuten Schmerzen als auch präventiv angewendet werden. Wir verstehen five als Körperhygiene, wie z.B. das tägliche Zähneputzen.



MÖGLICHE SCHMERZLINDERUNG

Das five Training wirkt auf das gesamte w Muskuläre und fasziale System. Verschiedenartige Schmerzen und Einschränkungen im Bewegungsapparat können durch das gezielte Training mit five gelindert und aufgelöst werden.

FÜR DEN GESAMTEN ORGANISMUS

In jedem five Gerät steckt unsere langjährige Erfahrung in der Physiotherapie und Trainingslehre. five bietet individuelle Lösungen für verschiedenste körperliche Problemstellungen und trainiert alle Bewegungsabläufe des biologischen Systems. Dabei können auch Atmung, Durchblutung und Energiefluss optimiert werden. Kombiniert man es mit dem Krafttraining von milon, erhält man eine in jeder Hinsicht optimierte Kraftentfaltung der Muskulatur.

17 X BESSER THERAPIEREN

Unsere five-pro und five-express Geräte sind als nicht-aktive Medizinprodukte registriert und entsprechend der Anforderungen der aktuellen Europäischen Medizinprodukteverordnung (MDR) für den medizinischen Einsatz geeignet.

100 % MADE IN BLACK FOREST

Die Manufaktur unserer vorwiegend aus den Naturprodukten Holz und Leder bestehenden Geräten erfolgt immer unter ökologischen Aspekten. Alle Produktionsschritte werden in unserer Schreinerei im Schwarzwald durchgeführt, wodurch wir eine gleichbleibende Qualität unserer Produkte garantieren. Jedes Gerät ist dabei für uns eine echte Herzensangelegenheit zeichnet sich durch erstklassiges Design, hochwertige Materialien und echte Handarbeit aus.

TRAININGSVIDEOS PER HANDY-SCAN

Wir haben zu all unseren five Geräten Video-Tutorials erstellt, um eine korrekte Durchführung zu garantieren und auf wichtige Details hinzuweisen. Deine Trainierenden können die Trainingsvideos einfach und schnell ansehen: QR-Code scannen oder das Handy an das NFC-Symbol halten. Die Labels können auch nachträglich an jedem five-Gerät montiert werden.



WARUM MILON?

70% MEHR PRODUKTIVITÄT

Die Digitalisierung der Trainingsfläche und Prozesse in Deiner Einrichtung mit milon erhöhen die Produktivität Deiner Mitarbeiter. Mit unserer Software arbeiten Deine Trainer „**on demand**“ und können **bis zu 15 Check-ins** pro Stunde abarbeiten – ganz ohne Terminabsprachen!

25% ZEITERSPARNIS

Durchschnittlich 60 Minuten wird an Kraftgeräten trainiert, wovon bis zu 15 Minuten für die Geräteeinstellung aufgewendet werden. Dabei werden Geräte blockiert und der Durchlauf verlangsamt. milon-Geräte dagegen stellen sich in Sekunden automatisch ein – Armband ran und los geht's!

1:5 STATT 1:1

Verkürzt sich die Trainings- und Betreuungszeit bei parallel besserer Raumauslastung, wird die Verdichtung auf Deiner Trainingsfläche maximal erhöht. Statt 1 m²:1 Mitglied erreichen milon-Anlagen eine Auslastung **von 1 m²:5 Mitgliedern!**

30% EFFIZIENTERES TRAINING

„Ich habe keine Zeit!“ Diese Ausrede zählt nicht mehr. Warum? Mit milon-Geräten ermüdet die Muskulatur früher! Die Widerstände werden nicht über Gewichtsplatten, sondern **hochmoderne Elektromotoren** erzeugt. Das ermöglicht einen neuen, **optimalen Trainingsreiz.**

DAS BESTE AUS ZWEI WELTEN

Bei uns musst Du Dich nicht zwischen **digital** und **individuell** entscheiden. Das Training an milon vereint alle Vorteile der Digitalisierung mit den Vorteilen des individuellen Trainings. Wähle aus zahlreichen Möglichkeiten zur Trainingsplanerstellung und passe sie bei Bedarf individuell an!

19 X BESSER THERAPIEREN

Unsere 19 milon Q-Geräte sind die einzigen elektronischen Trainingsgeräte **Made in Germany**, die als aktive Medizinprodukte registriert und entsprechend der Anforderungen der aktuellen Europäischen Medizinprodukteverordnung (MDR) für **den medizinischen Einsatz geeignet** sind.



MILON CARE TRAININGSSTEUERUNG

milon CARE ist die umfassende Trainings- und Betreuungssoftware, die alle Bereiche in der Einrichtung vernetzt. Alle milon-Geräte – ob als Einzelgerät, im Zirkel oder im Verbund – sowie definierte Prozesse in der Einrichtung lassen sich mit der Software steuern und dokumentieren.



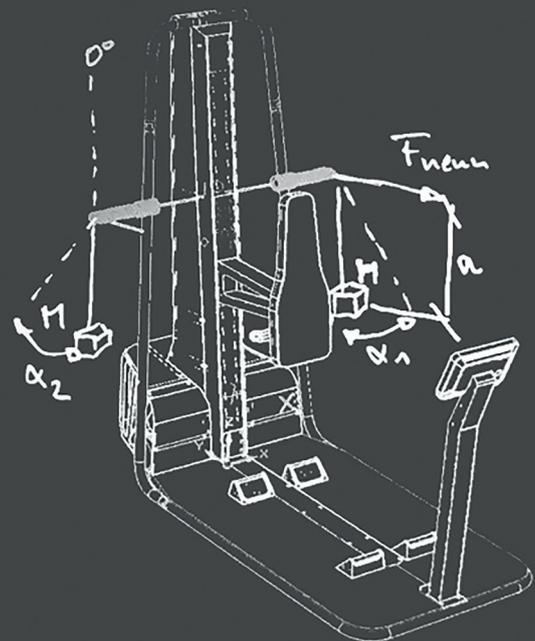
MILON ME FÜR TRAINIERENDE

Mit der kostenlosen App für Trainierende lassen sich die eigenen Trainingsdaten überall und jederzeit einsehen. Durch die integrierte Nachrichtenfunktion wird die Kommunikation mit Trainierenden noch einfacher. Zusätzlich steigert die App die Trainingsmotivation, da Fortschritte und Trainingserfolge jederzeit eingesehen werden können.



TRAININGSGERÄTE DER ZUKUNFT

Um das Fitness- und Gesundheitstraining der Zukunft gestalten zu können, passen wir uns ständig an die aktuellen Problemstellungen und Lebenssituationen der Trainierenden an und setzen dabei auf modernste Technologie. Seit über 50 Jahren arbeitet unser Team mit vollem Einsatz an der (Weiter-)Entwicklung unserer Geräte und neuen Innovationen. Aktuell setzen wir mit unseren Seilzugstationen milon X einen neuen Meilenstein in der milon-Produktevolution und heben das Training auf ein neues Level. Weitere innovative Ideen sind schon in den Startlöchern.





**DAS
MILON & FIVE
ÖKOSYSTEM**



**ONBOARDING,
SCREENING
& TESTS**

mit dem milon YOU



**ELEKTRONISCHES
KRAFTTRAINING**

geführte Bewegung
mit milon Q



**ELEKTRONISCHES
SEILZUGTRAINING**

freie Bewegung
mit milon X



**BEWEGLICHKEITS- &
FASZIENTRAINING**

mit five



**HERZFREQUENZ-
GESTEUERTES
CARDIOTRAINING**

mit milon Q



ERFOLGSKONTROLLE

durch regelmäßige Fitness-
& Beweglichkeitstests an milon YOU
und Krafttests an milon Q / X



SOFTWARE

milon CARE - Betreuungssoftware für das Studio,
milon ME- die App für den Trainierenden,
Schnittstellen mit z.B. Magicline, Life Fitness, seca

milong industries GmbH
An der Laugna 2
86494 Emersacker

Tel. +49 8293 965 50 0
Fax +49 8293 965 50 50
E-Mail info@milongroup.com

www.milongroup.com

Five-Konzept GmbH & Co. KG
Seemühle 26
78183 Hüfingen

Tel +49 771 9294 1230
E-Mail fiveinfo@milongroup.com

www.five-konzept.de