

HEALTH IN YOUR HANDS



smoveyFUNCTION

smoveyVIBROSWING è un sistema di anelli composti da un tubo a spirale con quattro sfere mobili di acciaio metalliche che scorrono nel tubo e un'impugnatura in neoprene con degli ammortizzatori.

Con un movimento in avanti e il contro movimento in dietro le 4 sfere mobili cominciano a muoversi come una massa libera e sfregano ritmicamente contro le spirali che sono nel tubo di plastica con una frequenza di ca. 60 Hz che corrisponde al ritmo dell'uomo e l'utilizzatore può percepire una leggera vibrazione nel palmo della mano che si può estendere lungo tutto il corpo.

Per far sì che questa vibrazione passi al meglio nella mano del cliente, viene utilizzato un tubo di resina molto dura e un'impugnatura in neoprene. Nei terminali c'è un sistema di ammortizzazione che ha un piccolissimo effetto memory.

La massa a riposo è di 500 gr che durante il movimento oscillante e alla forza centrifuga si lavora con una forza pari a 5 kg.



smoveyVIBROSWING is a vibrating ring system, consisting of a spiral tube, 4 balls of steel and a handle with damping elements.

By making a forward movement, followed by a movement in the opposite direction the four freely steel balls begin to move as free mass.

They move in a pulsing way across the spiral-shaped grooves in the tube with a frequency of 60 hertz. For the user this frequency causes a noticeable vibration in the palm of the hand which corresponds with the human time pattern.

By using a hard plastic tube lined with a soft foam handle the vibration is transmitted in the best possible way to the palm of the hand. At both ends on the inside of the tube a damping-element has been added to absorb vibrations.

The weight of a smovey Vibroswing is about 500 gram without the swing motion, but by vigorous back and forth movement the mass can be as high as 5 kilogram.

smoveyFEATURES



smoveyOUTDOOR: gli smovey con il loro colore verde si adattano molto bene alla natura ed il movimento all'aria aperta porta gioia e piacere.



smoveyOUTDOOR: The most beautiful experience is outdoors. The green color of smovey fits with a perfect workout in nature. Another positive effect of the color green is its effect on our organism.

smoveyINDOOR: d'inverno e con il maltempo si può utilizzare questo attrezzo multifunzionale ovunque a casa, in palestra o in piscina.



smoveyINDOOR: The multi-functionality of the rings also makes the smovey very effective during an indoor-workout in the winter, in bad weather, or at home or in the gym.

smoveyBRAIN: il nostro cervello è diviso in due parti: la parte destra controlla le emozioni e la fantasia e la parte sinistra il pensiero analitico e la nostra capacità comunicativa. Con lo smovey ed i movimenti di coordinamento attiviamo tutti e due gli emisferi cerebrali.



smoveyBRAIN: Our brains are divided into two halves. The right hemisphere is responsible for emotions and imagination. The left hemisphere is responsible for analytical thinking and communication skills. With smovey, both hemispheres are activated, for example by cross swinging movements.

smoveyAQUA: un nuovo modo di fare attività in acqua per tutte le età, migliora la resistenza, la forza, la mobilità e allevia la spina dorsale, le articolazioni i legamenti e i tendini, in più ci si diverte un sacco.



smoveyAQUA: The new form of training for everyone in the water. It improves endurance, strength and agility. It also relieves the spine, joints, ligaments, tendons, and is especially great fun!

smoveyVIBRATION: le dimensioni specifiche dei componenti dello smovey generano una vibrazione di 60 HZ, la frequenza riconosciuta come propria dal corpo umano.



smoveyVIBRATION: Due to the size of the components that make up a smovey a frequency of 60Hz is created. This frequency is common in the human organism and corresponds with our biological rhythm.

smoveyWEIGHT: Da un peso proprio di 500 gr per anello possiamo arrivare ad un peso di 5 kg considerando la massa in movimento.



smoveyWEIGHT: The weight of a smovey at rest is about 0,5 kg. By swaying the smovey back and forth in a dynamic fashion, the weight can be as high as 5 kg.

smoveyTCM: smovey stimola i punti riflessi dei meridiani e le zone di riflesso degli organi che possiamo trovare nel palmo della mano. Ha un'effetto positivo e rilassante sugli organi e ghiandole corrispondenti.



smoveyTCM: On the inside and outside of the hands are reflex points of almost all the organs and glands in the body. Smovey uses refined vibrations to stimulate these reflex points and therefore has a positive effect on the organs and glands.

smoveyBALANCE: con esercizi precisi di bilanciamento possiamo migliorare il coordinamento muscolare e negli anziani può servire per prevenire cadute dovute a perdita di equilibrio.



smoveyBALANCE: With targeted balance exercises smovey refines your muscle metabolism. During daily sudden movements you will have more control over your muscles = this results in fall prevention!

smoveyEFFECT

ATTIVA il 97% della muscolatura = SI BRUCIANO grassi

① **Activates** 97% of all muscles = **fat burning**

RIVITALIZZA più di 100 milioni di **CELLULE** del corpo

② **Vitalizes** over a 100 million cells of the body

TONIFICA il tessuto connettivo

③ **Strengthens** the connective tissues

REGOLA la digestione e l'apparato digerente

④ **Mobilizes** the digestive system

ACCELERA il metabolismo

⑤ **Accelerates** metabolism

STIMOLA il sistema linfatico = **disintossicazione**

⑥ **Massages** and **relieves** the lymphatic system = **detoxification**

RAFFORZA il sistema immunitario e il lavoro del timo

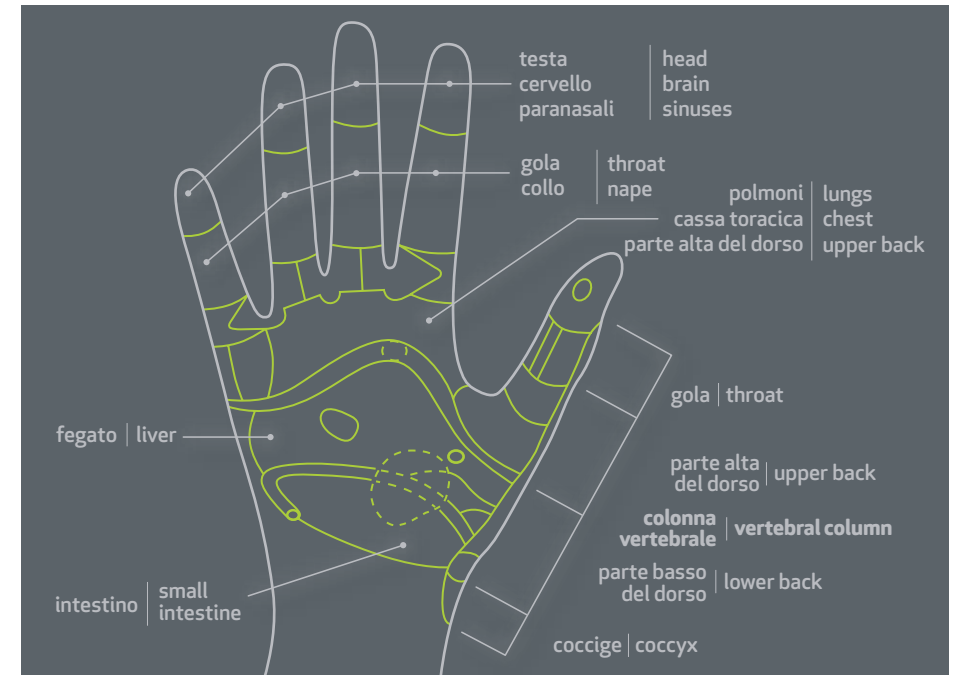
⑦ **Improves** the immune system and the functioning of the thymus gland

RAFFORZA il sistema cardiovascolare

⑧ **Strengthens** the heart and the cardiovascular system



RIFLESSOLOGIA DELLA MANO/ HAND REFLEX ZONES



IMPUGNATURA FERMA/ FIST CLOSURE



IMPUGNATURA CON POLLICE „MONKEY“/ MONKEY GRIP



smoveyPRODUCTION

Gli smovey vengono prodotti a Weyer, Austria, in una cosiddetta "officina per l'integrazione" dove lavorano persone diversamente abili fisicamente che mentalmente.

E' un prodotto controllato dopo ogni ciclo lavorativo e questa è la garanzia che può dare solo „smovey – the original“.

The smoveys are produced in the town of Weyer in Oberösterreich, in a "social workplace" by people with a light physical or mental limitation.

After every production step a quality control check is made, and that is why smovey is a unique product: "smovey – the original".



smoveyHISTORY



Johann „SalzHans“ Salzwimmer

L'inventore degli smovey e del sistema Vibroswing è Johann "Salzhans" Salzwimmer.

Era nel pieno della sua vita quando negli anni 90 gli venne diagnosticato il Parkinson. Accettò la sua malattia ma nello stesso tempo conoscendo l'evoluzione abbastanza veloce della malattia, si mise a sviluppare e studiare un sistema che poteva stabilizzare il suo stato di salute.

Johann "SalzHans" Salzwimmer is the inventor of smovey, the vibroswing system.

He stood firm in life, when he got the diagnosis "Parkinson" in the mid of the 1990s. He accepted his illness, but began, familiar with the fast development of the disease, to develop a method that would help him in stabilizing his state of health.

Così incontrò anche il visionario e poi fondatore e CEO della smovey GmbH, Ing. Willi Enzlberger. L'ingegnere che è sempre stato un visionario, mise tutto se stesso in quest'avventura e dal 2006 al 2012 riuscì a motivare e coinvolgere i suoi collaboratori e compagni sia a livello emozionale che a livello fisico. Tutti i partner continueranno a far vivere il suo sogno di vita e la sua filosofia aziendale "smoveyONE" e la porteranno in tutto il mondo.

The visionary and later founder and CEO of smovey GmbH, Ing Willi Enzlberger was always a few steps ahead of his time. Between the years 2006 and 2012, he managed to stimulate his fellow men like no other to move physically and mentally.

All business partners will follow this lifelong dream and will apply and promote the company philosophy of „smoveyONE“ all over the world!



† Ing. Willi Enzlberger ∞

MOVIMENTO SWING NATURALE / NATURAL SWING



Swing alternato avanti e indietro con braccio destro e sinistro.

Fare attenzione di essere ben stabili con i piedi

Swing forward and backward alternately with the right and left arms.

Make sure to maintain a stable position.

ORIZZONTALE

Tieni le braccia all'altezza del petto e fai un movimento fluido di grande apertura e chiusura.

Stabilizzare la parte superiore del corpo e evitare movimenti a scatti.

Swing your arms as far back as possible horizontally at chest level and then bring the arms together in front of you.

Stabilize your upper body and make no backward movement!



PASSO ASSALTO/ LUNGE POSITION



Posiziona la gamba destra/sinistra indietro più possibile e abbassa i glutei. Il ginocchio dietro è appena sopra il suolo e quello davanti è leggermente flesso ma non oltrepassa le dita del piede. In questa posizione fai delle oscillazioni alternate e orizzontali. Cambiare gamba.

Mantenere il busto eretto.

Put your left or right leg far back and bend both knees. Your back knee now almost touches the ground and your front knee does not extend past your toes – swing your smovey at the same time, parallel or diagonally.

Keep your upper body straight.

smovey TRAINING

ROTAZIONI DEL TORSO / TORSO BENDS



Appoggiare tutti e due gli smovey sul petto. Gira delicatamente la parte superiore del corpo portando la spalla destra/sinistra all'indietro.

Lo sguardo è all'altezza delle spalle e segue il movimento

Hold the smoveys against your chest and hold them lightly with crossed arms. Twist your upper body, your right/left shoulder moves backward.

Guide the movements by looking over your shoulder and keeping your hip still.

SISTEMA LINFATICO / LYMPH

Infila gli smovey nel braccio destro e sinistro fino alle spalle, l'impugnatura è verso l'alto.

Gira dolcemente a destra e sinistra con la parte superiore del corpo in modo che le palline producano una piacevole vibrazione che stimolerà a sua volta i linfonodi.

Put your arms through the smoveys and place the smoveys under your armpits and on your shoulders with the handles upwards.

Turn your upper body gently from left to right so that the steel balls generate a pleasant vibration. This will in turn stimulate your lymph nodes.



OSCILLAZIONE PARALLELA LATERALE / LATERAL PARALLEL



Oscillare lateralmente con tutte e due le braccia a destra e sinistra.

Rimanere con le spalle rilassate e aprì il torace.

Swing with both arms simultaneously in front of your body from left to right and back again.

Keep your shoulders relaxed.

SWING PARALLELO / PARALLEL SWING



Con le spalle, movimenti paralleli di uguale ampiezza in avanti e indietro.

Tenere posizione eretta.

Swing the smoveys parallel from the shoulders from front to back at the same height.

Stand up straight.

OSCILLAZIONE INCROCIATA / CRISS-CROSS

Oscilla con il braccio sinistro avanti e indietro accanto al corpo, allo stesso tempo il braccio destro oscilla orizzontalmente all'altezza della spalla avanti e lateralmente. Cambiare lato.

Inizia il movimento con braccio destro disteso in avanti e sinistro disteso lateralmente. Gli smovey non si devono toccare.

Swing your right arm along your body from front to back, at the same time, swing your left arm horizontally at shoulder height from front to side - and vice versa.

Start with both swing movements before and next to your body, without the smoveys touching each other.



smoveySAFETY

Si prega di leggere attentamente le seguenti indicazioni di sicurezza prima d'utilizzare gli smovey.

Queste indicazioni servono per la vostra sicurezza quando utilizzate i anelli smovey-VIBROSWING. Se vengono usati e trattati in modo errato ci potrebbero essere dei malfunzionamenti dovuti a negligenza personale.

Please read the following safety information carefully before you start using the smoveys!

Follow these guidelines when using the smoveyVIBROSWING-rings to ensure safety. If the smoveys are not treated or managed properly, it could lead to unforeseen malfunctions caused by fault of the user.



La smovey GmbH non assume nessuna responsabilità per qualsiasi ferita o danni!

The smovey GmbH assumes no liability for injuries, or damage!



Non sottoporre gli anelli smovey Vibrosing a temperature estremamente alte. Evitare il sole diretto e non lasciarli su davanzali delle finestre o in macchina.

Do not expose the smoveyVIBROSWING to extremely high temperatures. Avoid direct sunlight, for example, in the car or on window sills.



Non sottoporre gli smovey a temperature estremamente basse.

Do not expose the smoveyVibrosings to extremely low temperatures.



Non piegare il tubo! Così eviti di compromettere lo scorrimento delle sfere all'interno del tubo.

Don't bend the smovey-ring! This avoids kinks in the hose. These kinks will have a direct impact on the gradient-properties of the steel balls.



Gli anelli smovey Vibrosing non sono alimenti e perciò non sono commestibili.

SmoveyVIBROSWING-rings are not food and not suitable for consumption.



Non toccare gli smovey con oggetti appuntiti o taglienti (coltelli, cacciaviti,...) questo può causare danni meccanici irreparabili.

Never touch or carve the smoveys with a sharp or pointed object (for example: knife, screw-driver, ...)! This can cause irreparable mechanical damages.



Non esporre gli smovey a fiamme aperte o sigarette accese.

Keep the Vibrosing-rings away from open flames or burning tobacco products.



Evitare il contatto e la pulizia con sostanze corrosive o tossiche.

Avoid contact and cleaning of the smovey with inappropriate, corrosive or toxic liquids or gases.



Non adatte a bambini sotto i 3 anni.

Not suitable for children under the age of 3 years.



Viene consigliato di portare occhiali protettivi adatti durante l'uso di smoveyVIBROSWING!

It is recommended, when using smoveyVIBROSWING, to wear suitable safety glasses.

