



INSTITUT PROF. KURSCHEID

Institut Prof. Kurscheid - Goethestr. 29a - 50968 Köln

Goethestr. 29a

50968 Köln

Tel.: 0221-800432-0

Fax: 0221-800432-22

institut@dr-kurscheid.de

Dt. Apotheker- u. Ärztebank

IBAN: DE51 3006 0601 0405

9313 39

BIC: DAAEDEDXXX

Steuernr.: 215/5190/2247

Köln, im Mai 2019

Sehr geehrte Damen und Herren,

das Beurer EM 95 „EMS Home Studio“ Gerät beinhaltet EMS-Trainingsprogramme mit den folgenden Parametern: Frequenz 50-85Hz, Impulsbreite 250-350µs, On-time 3-8s. Gemäß der Studie

“ELECTROMYOSTIMULATION—A SYSTEMATIC REVIEW OF THE INFLUENCE OF TRAINING REGIMENS AND STIMULATION PARAMETERS ON EFFECTIVENESS IN ELECTROMYOSTIMULATION TRAINING OF SELECTED STRENGTH PARAMETERS”

von Andre Filipovic (25 (11) / 3218–3238, Journal of Strength and Conditioning Research, 2011 National Strength and Conditioning Association) liegen die Parameter der EM 95 EMS-Programme zur Stärkung innerhalb des empfohlenen Bereiches und sind dafür geeignet, die Maximalkraft, Schnellkraft, Leistung und Spring- und Sprintfähigkeit zu verbessern.

Mit freundlichen Grüßen