



SPORTMED STRENGTH MONITORING CONCEPT (SSMC)

KORTE BESCHRIJVING EN TARIEVEN





INLEIDING

SportMed ontwikkelde een monitoringsysteem voor krachttraining - SportMed Strength Monitoring Concept (of kort 'SSMC') - dat werkt in combinatie met de STS Coach-applicatie en de SportMed Online app (gratis versie).

Het SSMC is op nagenoeg elk bestaand weight stack krachttoestel, dus zowel op selectorized als op de zogenaamde functional training apparaten, op te bouwen en is dus volledig onafhankelijk van de fabrikant van het apparaat. Het SSMC kan dus in elke trainingsomgeving geïmplementeerd worden zonder dat moet geïnvesteerd worden in nieuwe krachtapparatuur. Hierdoor kan je met een minimale investering een geweldige bijkomende klantenservice leveren!

BELANGRIJK: STS COACH-APPLICATIE

Wanneer de trainingslocatie nog niet beschikt over een geldige STS Coach-applicatie met bijhorende STS Club-user dient hierop een licentie genomen te worden:

- Tarieven voor een STS Coach-applicatie product key (enkel met permissions voor krachttraining – contacteer ons voor de combinatie met cardio) + STS Club-user licentie
 - € 125,-/maand (€ 1.500,-/jaar)
(Incl support, updates, ...)

FORMULES

Voor het gebruik van het SportMed Strength Monitoring Concept biedt SportMed keuze uit twee formules:

- **Formule 'Aankoop'**
In deze formule beslis je om de SSMC-stations aan te kopen.
- **Formule 'Rental'**
In deze formule kiest je ervoor om de SSMC-stations te huren voor een bepaalde periode. SportMed biedt twee opties:
 - Rental - 3 jaar
 - Rental - 5 jaar

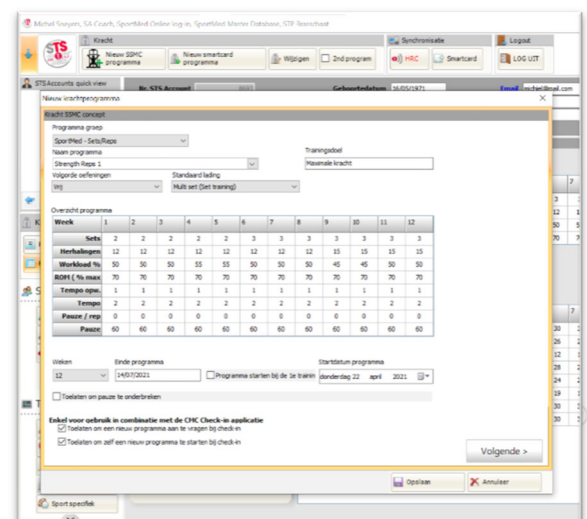
Na afloop zijn er opnieuw twee opties. Lees verder voor meer details

Alle vermelde tarieven zijn exclusief 21% btw en eventuele verplaatsingskosten.

HOE WERKT HET?

We vatten summier een aantal functionaliteiten samen maar we ontvangen je graag in onze demostudio in Brasschaat (B) om alles te ervaren en de meerwaarde voor jouw trainingslocatie te kunnen inschatten.

De physical trainer gebruikt de STS Coach-software om een krachtprogramma voor te bereiden. Hij kiest hiervoor uit de beschikbare programma's of ontwerpt zelf een programma voor krachttraining. Vervolgens bepaalt de physical trainer de volgorde van de oefeningen, of deze strikt moet worden nageleefd of dat de klant daarin zijn vrijheid heeft, of het een



programma in circuitvorm wordt – je ontwerpt voortaan gewoon zelf je circuittrainingen als je dat wenst - dan wel een series/herhalingen programma, ... - en koppelt dit programma aan de betreffende klant.

Wanneer de klant de trainingslocatie bezoekt identificeert hij zich aan een SSMC-station (Gezicht ID, QR-code, ...) en krijgt de instructies (Het station vertelt hem of hij zich bij een ander SSMC-station moet melden of niet, beeld en/of video van de uitvoering, voorgesteld gewicht, aantal herhalingen, aantal sets, tempo op en neer, pauze, ...).

De klant doet de oefening en het SSMC registreert alle informatie (Gewicht, herhalingen, tempo, ROM, ...).

De physical trainer vindt alle feedback gedetailleerd terug in de STS Coach-applicatie en kan aanpassingen maken, ...

Michel Demo

Krachttraining: Feedback
5/03/2021 - 11/03/2021

Week	Oefeningen	Voorgesteld e Kg	Kg laatste herh.	Reps. totaal	Reps. Set 1	Reps. Set 2
4/03/2021	Torso Twist	9	8	36	12	12
6/03/2021	Bankdrukken	44	40	4	4	12
7/03/2021	Torso Twist	9	9	24	12	12
7/03/2021	Bankdrukken	44	40	7	24	12
7/03/2021	Side Raise	9	7	24	12	12
7/03/2021	Wide Grip Pull-down	37	32	36	12	12
7/03/2021	Hip Adduction	9	7	24	12	12
7/03/2021	Arm Curl	11	23	34	12	12
7/03/2021	Cable Row Squat	23	32	24	12	12
7/03/2021	Cable fly	9	7	24	12	12

Details

Herhalingen	RWL1 Kg	RWL2 Kg	P. up1 sec	P. up2 sec	P. ret1 sec	P. ret2 sec
1	38	32	0,5	0,5	0,6	1,2
2	20	32	0,5	0,8	1,1	0,8
3	20	32	0,6	0,5	1,5	1,1
4	32	32	0,8	0,7	1,1	1,3
5	32	32	0,5	0,5	1,1	1,1
6	32	32	0,8	0,3	0,9	1,2
7	32	32	11,7	0,6	1,1	1,5
8	32	32	0,6	0,8	1,1	1,1
9	32	32	0,8	0,7	0,9	1,1
10	32	32	0,7	0,6	1,1	1
11	32	32	0,7	0,5	0,9	1,1
12	32	32	0,6	0,5	0	1,9

CABLE ROW SQUAT
PROGRAM: CIRCLE 1

PROPOSED MACHINE SETTINGS

PIN-POSITIO N: 10

SEAT POSITION

PROPOSED RESISTANCE

SELECTED WEIGHT: 45 KG (100 LBS)

RWL: 23 KG (50 LBS)

START EXERCISE

VIEW TRAINING PROGRAM

STOP

CABLE ROW SQUAT
FREE TRAINING

Herhalingen: 2

RETURN

TORSO TWIST
PROGRAMMA: STRENGTH REPS 1

GEKOZEN GEWICHT: 9 KG (20 LBS)

RWL: 8 KG (18 LBS)

TIJD: 00:40

HERH. 5 / 12

SETS 1 / 2

ROM: 70%

TEMPO: 12 H./MIN

TEMPO OP: 1 sec

TEMPO NEER: 2 sec

STOP

WAT HEB JE NODIG?

Elk toestel dat je in het SSMC wil integreren wordt uitgerust met een SSMC-station. Een SSMC-station bestaat uit een aantal sensoren en een console. Elk SSMC-station wordt eenmalig afgesteld voor het toestel waarop het werd opgebouwd. Het personaliseren kan erg ver gaan. Zo kan je zelfs je eigen instructie videotjes en/of afbeeldingen laten verschijnen en tegen een meerprijs kan zelfs de folie van de console worden gepersonaliseerd.

Simpel en efficiënt, dus echt SportMed Approved.

Het enige wat nodig is zijn een goede internetverbinding en krachttoestellen.

SSMC-STATION

De opbouw hangt af van het type toestel en jouw persoonlijke voorkeur

Elk SSMC-Station communiceert met de SportMed cloud-MDB.





SportMed International

Sionkloosterlaan 51 – 2930 Brasschaat - BELGIUM

@: info@sportmed.international

☎ : +32 (0)3 633 22 11