

El método de entrenamiento Training Wall, presente en el nuevo centro de medicina avanzada de SEAT

El centro de atención y rehabilitación sanitaria, situado en Martorell, ofrecerá servicios de medicina preventiva, asistencial y rehabilitadora a los trabajadores de la empresa automovilística

El pasado lunes 24 de abril, se inauguró el Centro de Atención y Rehabilitación Sanitaria (CARS) de la planta SEAT de Martorell, un equipamiento pionero en medicina avanzada en el que 25 profesionales especializados en áreas como traumatología, cardiología o fisioterapia atenderán a los más de 14.500 trabajadores de la compañía automovilística.

El centro cuenta además con salas de rehabilitación y fitness, donde está presente el revolucionario método Training Wall, un sistema de entrenamiento funcional que permite realizar los ejercicios en verticalidad con el propio peso corporal, trabajando brazos, tronco y piernas simultáneamente de forma coordinada y compensada. La gran diferencia con otros sistemas de entrenamiento radica en que con Training Wall, el trabajo se realiza en situación de descompresión de las articulaciones de la columna vertebral y no de compresión, debido a su permanente tracción de las extremidades superiores.

Gracias a su versatilidad, Training Wall se puede adaptar a cualquier instalación ya que requiere de muy poco espacio y combinándolo con sus Tools o accesorios, en la actualidad cuenta con más de 20 opciones diferentes, permite tener una experiencia de entrenamiento completa. El método de entrenamiento propone un cambio de modelo, con un equipamiento modular adaptable a cualquier espacio y desarrollado para poder impartir todos los tipos de entrenamiento habituales en la actualidad, desde las actividades conocidas como cuerpo-mente, hasta las sesiones de trabajo de más alta intensidad. Esto permite diseñar instalaciones totalmente funcionales y vanguardistas para un uso multidisciplinar como salas de actividades dirigidas, centros de entrenamiento personal, clínicas de fisioterapia, o centros de rehabilitación.

Training Wall, se muestra muy orgulloso de poder estar presente en iniciativas pioneras, como es el centro de medicina avanzada de SEAT, recientemente inaugurado.

Más sobre CARS

El centro ofrece servicios de traumatología, diagnóstico por imagen, ginecología, cardiología, salud mental, biomecánica, fisioterapia y rehabilitación, además de programas de fitness adaptados. Los trabajadores podrán acceder a estos servicios tras la valoración inicial en alguno de los diez centros médicos con los que cuenta la empresa automovilística.

Que es Training Wall

Training Wall es un nuevo método de entrenamiento funcional al 100%, que permite llevar a cabo un ejercicio en verticalidad con el propio peso corporal, en el que se trabajan las extremidades superiores e inferiores de forma simultánea, y que implica un potente trabajo de los músculos estabilizadores del

tronco, para mantener la alineación correcta del cuerpo en todo momento.

Training Wall se compone de paneles individuales colocados en la pared, que permiten cubrir el espacio del que se disponga. Cada panel consta de 9 agarres y 4 anclajes, para llevar a cabo movimientos de pies y manos que mejoran la coordinación general y la estabilización de las articulaciones implicadas. Este diseño de agarres permite acoplar de forma rápida y segura los Tools, con los que completar todas las necesidades para el entrenamiento, además de permitir una correcta técnica del ejercicio, y un buen aprendizaje. Actualmente el método Training Wall dispone de más de 20 accesorios para realizar todo tipo de configuraciones.

Fuente: agencia de comunicación y marketing e-deon.net

Datos de contacto:

e-deon.net

Comunicación · Diseño · Marketing

931929647

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Cataluña](#) [Otros deportes](#) [Recursos humanos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>