

Presseeinladung mit Interviewmöglichkeit

Am Dienstag, 30. September in Maisach um 18:00 Uhr im Zentrum für Gesundheit

Olympiamedaillengewinner Edgar Itt präsentiert das Skillcourt-System

Maisach – Der frühere Spitzensportler und heutige Coach Edgar Itt präsentiert am Dienstag, 30. September um 18:00 Uhr im Maisacher Zentrum für Gesundheit (Frauenstraße 31) das Skillcourt-System. Interessierte sind eingeladen. Mit dem Skillcourt arbeiten unter anderem die erfolgreichsten Profiteams der Welt aus der Fußball Bundesliga, der Premier League sowie NBA und NFL. Das Skillcourt-Trainingsgerät ist ein digitales Trainings- und Diagnosesystem, das vor allem im Sport, in der Rehabilitation und im Gesundheitstraining eingesetzt wird.

Es handelt sich dabei um eine Art interaktiven Boden mit einer großen, begehbaren Fläche (vergleichbar mit einem Indoor-Spielfeld), die mit Sensoren, Lichtsignalen und Projektionen ausgestattet ist.

Der Skillcourt ist ein modernes Trainings- und Diagnosesystem, das Bewegung und Kognition miteinander verbindet. Herzstück ist eine interaktive Trainingsfläche, die mit Sensoren, Lichtsignalen und Projektionen ausgestattet ist. „Auf dieser Fläche führen Sportlerinnen und Sportler, aber auch Patientinnen und Patienten in der Rehabilitation, verschiedene Übungen aus, die Beweglichkeit, Reaktionsfähigkeit und geistige Flexibilität gleichzeitig fordern“, so Norman Dombo. Leiter des Zentrums für Gesundheit in Maisach.

Das Besondere am Skillcourt ist die Kombination aus körperlichem Training und kognitiver Herausforderung. Wer auf dem Feld steht, reagiert nicht nur auf visuelle und akustische Signale, sondern muss parallel Entscheidungen treffen und Bewegungen koordinieren. Dadurch entsteht ein sogenanntes „Dual Tasking“ – also die gleichzeitige Beanspruchung von Körper und Geist.

Eingesetzt wird der Skillcourt in ganz unterschiedlichen Bereichen. Im Leistungssport dient er dazu, Schnelligkeit, Orientierung, Koordination und taktisches Verhalten zu verbessern. In der Rehabilitation ermöglicht er ein gezieltes Training nach Verletzungen, insbesondere zur Wiederherstellung von Gleichgewicht und Bewegungsabläufen. Auch in der Gesundheitsprävention findet das System Anwendung, etwa um bei älteren Menschen Konzentration, Beweglichkeit und Reaktionsfähigkeit zu fördern.

Die präzise digitale Erfassung von Bewegungen, Reaktionszeiten und Fehlern macht den Skillcourt zudem zu einem wertvollen Diagnoseinstrument. Trainerinnen, Therapeuten und Ärztinnen erhalten damit eine objektive Grundlage, um Fortschritte messbar zu machen und Trainingspläne individuell anzupassen.

Insgesamt verbindet der Skillcourt innovative Technologie mit praxisnahen Übungen und eröffnet damit neue Möglichkeiten für Sport, Therapie und Gesundheitsförderung.

Über Edgar Itt

Edgar Itt gewann 1988 bei den Olympischen Spielen in Seoul die Bronzemedaille mit der 4x400-Meter-Staffel. Nach seiner aktiven Karriere etablierte er sich als Coach, Berater und Redner.

Mit freundlichen Grüßen



Norman Dombo | 08141/5091130 | training@zfg-dombo.de