

# Ret awesome løbebånd

Fredag, 24. januar 2014 11:54

Egmont-eleverne Lars Møller og Juliane Thomsen har for tiden stor glæde af et nyt løbebånd – “AlterG”, som Egmont Højskolens Bevægelseseksperimentarium har på prøve frem til slutningen af februar.

Lars Møller har cerebral parese, og han går ind i mellem med rollator, men da det er lettere for ham at tage kørestolen, får han ikke altid den motion, han egentlig gerne ville. Det kan AlterG nu ændre på.



*Lars Møller er klar til en tur i AlterG*

Når Lars bruger AlterG, som er et løbebånd med vægt-aflastning, er det en helt anden måde at bevæge sig på, end han er vant til.

“Det er nemmere for mig at gå, når jeg ikke skal holde ved noget. Det er en ret awesome maskine,” siger Lars om sin oplevelse efter en tur i AlterG.

Også Juliane Thomsen er begejstret for maskinen:

“Det er en dejlig følelse af frihed. Det er som at gå rigtigt - jeg har aldrig haft den fornemmelse før!”



*Juliane oplever en stor frihed i sine bevægelser i AlterG*

Juliane er født med cerebral parese, og tidligere har hun kun følt en sammenlignelig form for frihed i svømmehallen. Derfor glæder hun sig til at træne meget mere i *AlterG*, som hun mener kan give hende helt nye træningsmuligheder:

“Det øver min balance, og det giver mig en helt ny mulighed for at træne styrke og kondition.”

*AlterG* fungerer ved, at ben og hofter indkapsles i en oppustelig beholder. Jo mere luft der lukkes ind i beholderen, jo mere vil personen blive båret oppe af luften. På den måde kan maskinen reducere personens følelse af egen vægt med op til 80%.



<http://www.egmont-hs.dk/index.php>