

# POWERbreathe Medic Plus

- > Druckschwellen Trainingstechnik
- > kalibrierte Widerstandsfeder
- > einstellbarer Trainingswiderstand
- > einfach zu reinigen



## Beschreibung:

POWERbreathe nutzt die Grundlagen des Krafttrainings. So wie Sie Gewichte benutzen, um Ihre Armmuskeln zu stärken, trainieren Sie mit dem POWER breathe gegen einen variablen Widerstand Ihre Atemmuskulatur (Zwerchfell). Ihre Atemmuskulatur wird dadurch kräftiger und ausdauernder. Nach einigen Tage Training werden Ihre Atemmuskeln spürbar und auch messbar stärker. Nach drei Wochen werden Sie weniger Atemnot haben und nach 4 Wochen werden Sie die täglichen Aktivitäten als deutlich leichter empfinden.

Die Atemübungen mit dem POWERbreathe Medic Plus folgen einem bewährten Prinzip: der Atmung gegen einen Widerstand. Die Atemmuskeln werden bei dieser Technik durch den Widerstand gefordert. Diese werden so kräftiger und ausdauernder. Besonders bei Personen, die unter einer eingeschränkten Atemleistung leiden, bewirkt ein regelmäßiges Training eine erhebliche Erleichterung des Atmens.