

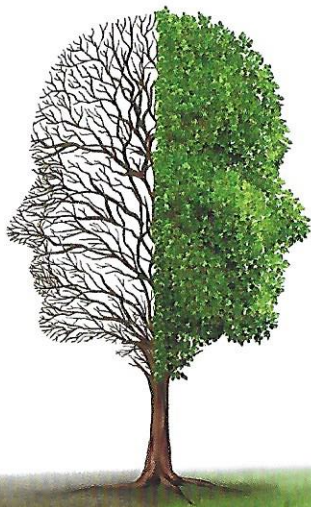
EIN AUSFLUG IN DIE BERGE

SO OFT SIE WOLLEN - GANZ ENTSPANNT IM LIEGEN!

Regelmäßiges Zelltraining ist wichtig!

Nur ein regelmäßiges Zelltraining bedeutet auch eine anhaltende Regeneration des Zellstoffwechsels. 10 IHHT-Anwendungen von je 45-minütiger Dauer sind vergleichbar mit den physiologischen Effekten eines vierwöchigen Alpenaufenthalts und führen zu einer Verbesserung des Organismus über eine Dauer von bis zu drei Monaten.

Bei vielen chronisch/degenerativen Krankheiten kann Zelltraining zur Linderung bzw. zur Heilung beitragen. Fragen Sie Ihren Arzt oder Coach nach Zelltraining.



TANKEN SIE NEUE ENERGIE...

... UND STEIGERN SIE IHRE LEBENSQUALITÄT
MIT DEM EFFEKTIVEN ZELLTRAINING DURCH IHHT

ZELLTRAINING MIT IHHT

GESUNDHEIT FÜR IHRE ZELLEN – GANZ OHNE ANSTRENGUNG!

... einfach durch das Einatmen unterschiedlicher Sauerstoffkonzentrationen,
entspannt im Liegen oder Sitzen

GEEIGNET FÜR

jede Berufsgruppe, jedes Fitnesslevel und jedes Alter!

POSITIVE EFFEKTE:

- Mehr Zellenergie
- Stärkung des Immunsystems
- Größerer Schutz vor oxidativem Stress
- Leistungssteigerung des kardiovaskulären Systems
- Steigerung der physischen und mentalen Leistungsfähigkeit
 - Verbesserung der Haut
 - Verkürzung von Regenerationszeiten
- Balancierung und Aktivierung der Hormonproduktion
 - Schnellerer Abbau von Laktat
- Erleichterte Gewichtsabnahme durch Aktivierung des Fettstoffwechsels

MEHR ENERGIE IM ALLTAG, MEHR VOM LEBEN!



Vereinbaren Sie einen Termin
für ein unverbindliches Probe-Zelltraining!

GESUND - SCHLANK - VITAL

DURCH ZELLTRAINING

... das entspannte „Training ohne Training“



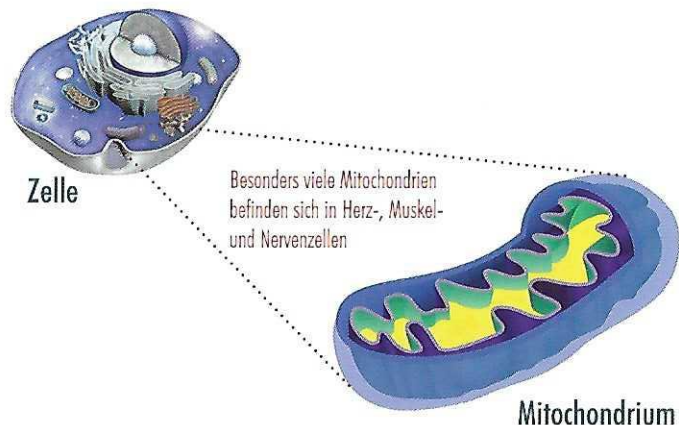
Aktivieren Sie Ihre Fettverbrennung und Ihr Immunsystem
mit der Intervall-Hypoxie-Hyperoxie-Therapie® (IHHT)

„Vitalität beginnt in der gesunden Zelle“

KLEINE KRAFTWERKE, GROSSE WIRKUNG

Warum gesunde Mitochondrien so wichtig sind

Der menschliche Körper besteht aus ca. 80 Billionen Zellen. Jede einzelne Zelle wiederum verfügt über eigene „Kraftwerke“, die Mitochondrien. Sie stellen die Energie für alle Reaktionen und Stoffwechselprozesse des Körpers zur Verfügung.



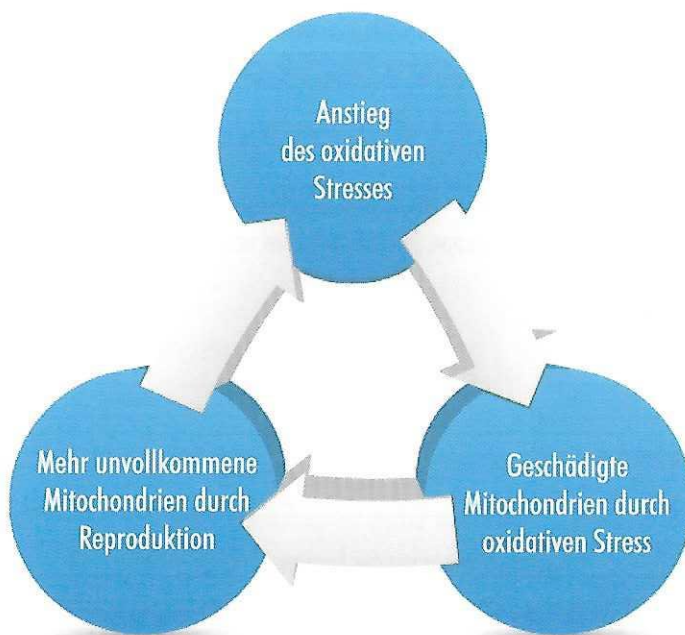
Irreparabel: mitochondriale Schäden

Die Fähigkeit des Körpers zur effektiven Energiegewinnung wird zum einen durch den Alterungsprozess des Menschen, zum andern durch den Lebensstil des 21. Jahrhunderts (oxidativer Stress durch Termindruck, verkürzte Schlafzeiten, Reizüberflutung etc.) stark beeinträchtigt. Die Folge ist eine Schädigung der Mitochondrien, die heute bei jedem dritten Menschen ab 20 Jahren feststellbar ist. Chronische Erkrankungen wie z. B. Allergien, Asthma bronchiale, Bluthochdruck, Burnout, Diabetes Typ II, Hormonstörungen, Migräne, Übergewicht etc. sind zu über 90 Prozent auf Energiemangel in den Mitochondrien zurückzuführen. Auch Schlafstörungen, Infektanfälligkeit und Leistungseinbußen sind mögliche Folgen von mitochondrialem Energiemangel.

Die schlechte Nachricht:

Beschädigte Mitochondrien lassen sich nicht „reparieren“.

DAS PROBLEM...



Unterbrechen Sie den Teufelskreis!

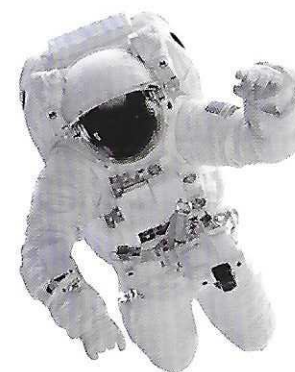
Neue Mitochondrien entstehen durch Wachstum und Sprossung, d. h. sie „kopieren“ sich immer wieder selbst. Nun kann verständlicherweise ein beschädigtes Mitochondrium auch nur eine unvollkommene Kopie produzieren. Aus ihr wiederum entsteht später die Kopie der Kopie, die noch um ein Vielfaches schlechter ausfällt und so weiter. Hinzu kommt, dass sich beschädigte Mitochondrien schneller vermehren als unbeschädigte, weil sie kürzer sind und deshalb leichter zu replizieren. Die Zahl der unvollkommenen Mitochondrien steigt – und mit ihnen die Last des oxidativen Stresses in der Zelle, da beschädigte Mitochondrien eine größere Menge an freien Radikalen produzieren. Ein überhöhtes Maß an oxidativem Stress führt schließlich zu – richtig! – der Schädigung weiterer, bislang gesunder Mitochondrien.

DIESEN TEUFELSKREIS GILT ES, ZU DURCHBRECHEN. ABER WIE?

... UND SEINE LÖSUNG

IHHT: Zellsanierung mit der Methode der Kosmonauten

Die Intervall-Hypoxie-Hyperoxie-Therapie® zerstört – gewollt und bewusst – beschädigte, „alte“ Mitochondrien und fördert gleichzeitig die Vermehrung neuer, gesunder Mitochondrien in den Zellen. Die zahlreichen positiven Wirkungen der IHHT wurden eher zufällig entdeckt – ursprünglich wurde diese Methode in den 80er Jahren von Forschern aus Russland und USA entwickelt, um den Stoffwechsel von Piloten und Kosmonauten an große Höhen zu gewöhnen. Heute findet sie eine breite Anwendung, sowohl im therapeutischen wie auch im präventiven Bereich.



Zelltraining: So funktioniert die IHHT

Sie liegen völlig entspannt auf einer Liege und atmen über eine Atemmaske im Wechsel hypoxische (sauerstoffreduzierte) und hyperoxische (sauerstoffangereicherte) Luft ein. Gesunde Mitochondrien schützen sich gegen die erhöhte Sauerstoffkonzentration mit Hilfe von Antioxidanzien. Beschädigte und veraltete Mitochondrien überleben diesen „Stress“ jedoch nicht und gehen unter. So wird ganz bewusst die Zerstörung geschädigter Mitochondrien verursacht, woraus wiederum ein weniger andauernder Energiemangel in den Zellen resultiert. Gerade dieser Energiemangel gibt den wichtigen Impuls zur beschleunigten Vermehrung neuer, gesunder Mitochondrien.

DAS RESULTAT: ZELLE FÜR ZELLE NEUE ENERGIE!

DIE GUTE NACHRICHT: ES GIBT EINE LÖSUNG!