

POWER Breathe



10 fakta om POWERbreathe:

1. POWERbreathe är ett träningsredskap för inandningsmuskulaturen som inte är läkemedelsbaserat.
2. POWERbreathe har utvecklats genom 12 års samlad forskning kring andningsträning
3. Har bevisat minska symptomen hos astmatiker och KOL-patienter.
4. I kontrollerade randomiserade studier på lätt till måttlig astma ökar den inspiratoriska muskelstyrkan med i snitt 11 % efter 3 veckors POWERbreathe-träning .
5. Kontrollerade laboratoriestudier har bevisat att man kan öka uthålligheten med 30 %.
6. Underlättar andningen vid ansträngningsrelaterad astma
7. Testad och utprovad – 30 andetag två gånger om dagen räcker!
8. Ger snabbt resultat. Efter några dagar kommer dina inandningsmuskler kännas starkare, inom 3 veckor kommer du att känna dig mindre andfådd och efter 4 veckor kommer din andning att vara förbättrad.
9. Studier har visat att tidsvinsten för elitroddare (Volianitis et al, 2001) samt cyklister (Romer et al, 2001) var så mycket som 4,6 %.
10. POWERbreathe används av bl.a. det brittiska ruggbylandslaget (regerande världsmästare) som en del i deras uppvärmning.

FAKTA OM POWERbreathe: Tre modeller: Röd modell: idrott (tuff), blå modell: motion (medel), grön modell: fritid (lätt).

POWER breathe®



LÖPLABBET®

LÖPLABBET STOCKHOLM: Kungsgatan 23, tel 08-791 75 00 | Solnavägen 51, tel 08-734 90 30 | S:t Eriksgatan 44, tel 08-653 72 72 | Löplabbet Tjej Norrlandsgatan 23, tel 08-791 45 30 | Farsta Centrum, Farsta plan 18, tel 08-604 95 45
GÖTEBORG: Östra Hamngatan 7, tel 031-10 03 60 **MALMÖ:** Rundelsgatan 16, tel 040-12 35 70 **UPPSALA:** Kungsängsgatan 20, tel 018-15 14 12 **HELSINGBORG:** Kullagatan 52, tel 042-14 60 50 **VÄSTERÅS:** Vasagatan 20A, tel 021-38 23 24

Generalagent: Fysioett AB, www.fysioett.se. För ytterligare information kontakta Fysioett AB tel 08-92 90 26.