

POWER
breathe[®]
"for anyone who breathes"[™]



Official Inspiratory Muscle Trainers of



POWERbreathe è distribuito in esclusiva per l'Italia da :

Alphamed snc
Sede Operativa : Via Botteghe 33 Loc. Viotto 10060 Scalenghe (TO)
Tel: +39 011.9866181 +39 011.9866077 Fax +39 011.9866469
Email: info@alphamedsnc.it

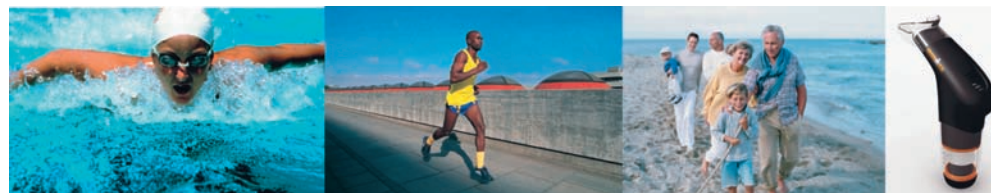
POWERbreathe è un prodotto brevettato.
Tutti i diritti sono riservati.
Eventuali caratteristiche possono variare senza alcuna comunicazione, dovuto ai continui sviluppi in corso.
Nessun reclamo è dovuto nell'utilizzo delle unità.
Il logo POWERbreathe è un marchio registrato dalla HaB International Ltd.
Tutti i nomi dei prodotti POWERbreathe sono marchi registrati dalla HaB International Ltd.

www.powerbreatheitalia.it www.alphamedsrl.it www.powerbreathe.com

POWER
breathe[®]
"for anyone who breathes"[™]



Con POWERbreathe migliori la Tua prestazione agonistica in sole 4 settimane!



www.powerbreatheitalia.com www.alphamedsnc.it

Alphamed



Il Principio di funzionamento del POWERbreathe

In generale si pensa che la respirazione sia auto-controllata dal nostro organismo (come per il nostro battito cardiaco) ma non è così.

Molti di noi devono imparare a respirare bene, con un esercizio quotidiano.

Dopotutto, tutti noi sappiamo camminare o correre ma solo con un regolare esercizio ci manteniamo in perfetta forma.

POWERbreathe allena i Tuoi muscoli della respirazione in fase inspiratoria, includendo il diaframma ed i muscoli che coinvolgono la capacità di espansione polmonare (i muscoli che servono a far entrare aria nei polmoni ed a farla fuoriuscire nuovamente).

Come qualsiasi altro muscolo, quest'ultimi diventano deboli senza alcun tipo di allenamento specifico.

Il **POWERbreathe** è un allenamento con i pesi per i nostri polmoni.

Per chi può essere utile il POWERbreathe

La risposta sembra essere ovvia : per tutti noi!!! Dalla persona anziana all'atleta, dal disabile alla persona affetta da problematiche respiratorie, tutti possono avere dei benefici utilizzando il **POWERbreathe**.

Messo a punto da un'equipe di scienziati Universitari Inglesi, **POWERbreathe** utilizza il principio dell'allenamento con la resistenza, per far sì che il nostro apparato muscolare respiratorio lavori più intensamente in inspirazione. **In tre settimane vi sentirete meno affaticati !!!**

POWERbreathe può essere paragonato ad un allenamento specifico con i pesi per il nostro diaframma perché :

- I muscoli si rafforzano giorno per giorno
- In tre settimane non avrete più il fiatone
- In quattro settimane si migliorerà il rafforzamento muscolare, la velocità nella performance ed il livello di stamina

Quale POWERbreathe è ideale per te

- **POWERbreathe Wellness** facilita la respirazione in persone con problemi respiratori o semplicemente qualora si voglia migliorare l'affaticamento nell'andare a fare la spesa o il fiatone nel salire le scale
- **POWERbreathe Fitness** facilita l'attività fisica, dal portare il cane a passeggio all'attività sportiva in palestra o all'aperto. Aiuta nel recupero della respirazione durante lo sforzo
- **POWERbreathe Sport** migliora la velocità e la resistenza nello sportivo agonista : atleti, maratoneti, ciclisti e tutte le attività sportive a livello agonistico



Light resistance



Medium resistance



Heavy resistance

Come si usa ?

- E' sufficiente effettuare **30 respirazioni due volte al giorno**, ed il gioco è fatto in pochi minuti !
- Non appena la vostra respirazione ed il rafforzamento muscolare migliora, potrete regolare l'intensità della resistenza, come per un qualsiasi altro esercizio fisico.

"Consiglio questo prodotto alle persone che praticano qualsiasi disciplina sportiva. Alleniamo le nostre gambe ed il nostro cuore, perché non i nostri polmoni!"
Zac Lake, Cyclist, USA



Le linee di prodotti POWERbreathe

POWERbreathe Wellness Plus

POWERbreathe Wellness Classic

Il **POWERbreathe Wellness** è adatto per chi fa una vita sedentaria, per chi desidera fare le scale senza fiatone o correre dietro all'autobus senza particolare affanno.

POWERbreathe è un allenamento fondamentale per i cantanti ed i musicisti o chi ha problemi di dislessia.

POWERbreathe aiuta chi ha problemi di Asma, Bronchiti, Fibrosi Cistiche, Enfisema, problemi polmonari o cardiaci, condizioni neuromuscolari, malattie che affliggono i fumatori (BPCO) e danni alla colonna vertebrale.



POWERbreathe Fitness Plus

POWERbreathe Fitness Classic

Chiunque lavori per migliorare le prestazioni a livello di fitness noterà subito i benefici con **POWERbreathe**.

Ovviamente, chiunque sottoposto ad esercizio fisico risulta essere meno in affanno, ma rafforzando i nostri muscoli respiratori possiamo raggiungere dei risultati straordinari, migliorare la nostra performance atletica e ridurre i tempi di recupero.

Con **POWERbreathe Fitness** qualsiasi attività fisica può migliorare : dalla camminata saltuaria all'attività in palestra settimanale, dalla partita occasionale di tennis alla consueta corsa dietro all'autobus, dalla nuotata in piscina alla gara in bicicletta.



POWERbreathe Sport Plus

POWERbreathe Sport Classic

Per gli atleti agonisti e per gli sportivi professionisti, **POWERbreathe** è uno strumento per allenarsi (senza alcun farmaco) che migliora la resistenza e la velocità in quattro settimane.

Nessun dubbio poiché è utilizzato e validato dagli atleti a livello internazionale e dalle associazioni sportive in tutto il mondo. Per lo sport agonistico, l'affanno e la mancanza di una corretta respirazione è un ostacolo per la prestazione sportiva. Lo sforzo respiratorio assorbe più del 15% dello sforzo cardiaco e quando i muscoli inspiratori si affaticano, attraggono flussi sanguigni da altri gruppi muscolari (quali gambe o braccia) limitando così la performance. **POWERbreathe Sport Plus** lavora allenando i gruppi muscolari spesso trascurati nella normale preparazione sportiva agonistica.



Poiché i muscoli inspiratori aiutano a stabilizzare, ruotare e controllare il tronco, **POWERbreathe Sport Plus** favorisce un aumento della forza muscolare superiore al 45%.
E' stato testato che i tempi in canoa in una gara di 2000mt vengono migliorati di circa 60m, mentre in una gara di ciclismo di 40 km i tempi vengono migliorati di circa 3 minuti. I tempi di recupero fra ogni sprint è superiore al 7%. In laboratorio i livelli di stamina e resistenza sono migliorati del 30%.



POWERbreathe Plus Iron Man e Iron Girl

POWERbreathe è partner ufficiale del Circuito Internazionale IRONMAN.

POWERbreathe Plus Iron Man e Iron Girl sono disponibili in edizione limitata nella versione Light, Medium e High Resistance.



POWERbreathe Medic

POWERbreathe Medic aiuta i pazienti affetti da: asma, COPD, bronchiti, fibrosi cistica, enfisema, malattie cardiache e neuromuscolari, disturbi del Parkinson e lesioni vertebrali. Nelle persone con problemi di asma **POWERbreathe Medic** riduce l'impiego del farmaco fino al 79%, l'assenza da scuola del 95%, ed i rischi di ricovero urgente al pronto soccorso del 75%. Evidenze cliniche dimostrano che l'IMT (Inspiratory Muscle Training) riduce del 23% le visite dal medico di base, e studi all'università di Brunel evidenziano che i sintomi in pazienti affetti da asma migliorano del 75% in 3 settimane.



Non limitatevi a credere quanto affermiamo PROVATELO !