

Addio agli "affanni" con il PowerBreathe

Sotto, ecco la confezione PowerBreathe Plus Ironman, con all'interno tutte le informazioni e due Dvd. A destra il modello Ironman nella colorazione nera

Quando si parla di preparazione fisica nel ciclismo, la prima cosa che si pensa è allenare gli arti inferiori, ma oggi molti studi sono concentrati sull'allenamento specifico dei muscoli inspiratori perché si è dedotto che possono migliorare la propria performance nella prestazione atletica. Prepararli e allenarli diventa allora fondamentale, perché aiuta a ridurre la sensazione d'affanno che si prova subito al termine della gara. Da tutti questi studi, e sostenuto da più di 15 anni di ricerche scientifiche realizzate da diverse equipe di medici e ingegneri nelle più importanti università

minuti e due volte al giorno fa in modo che lavorino intensamente aumentando così la forza e la resistenza. I risultati sono garantiti già dopo le prime quattro settimane. La linea

PowerBreathe comprende la serie Classic (Wellness, Fitness e Sports Performance), la serie Plus e la serie Plus Ironman o Iron Girl realizzate per le donne dal colore rosa.

Tutte e tre le serie hanno un rilevatore di carico con tre tipi differenti di resistenza: bassa, media e alta, avvalendosi di una tecnica specifica con una soglia di pressione regolabile per favorire un efficace rafforzamento muscolare a seconda delle proprie necessità.

La confezione di PowerBreathe Ironman (nella foto) contiene: il PowerBreathe, le istruzioni d'uso in Dvd, le tabelle d'allenamento, boccaglio, tappanaso e anche un Dvd delle gare di triathlon.

PREZZO INDICATIVO: € 75

ALPHAMED SNC

Strada Regionale (ex S.S. 23) - Località Viotto
10060 Scalenghe (To)
tel 011/9866181 - 011/9866077 - fax 011/9866469
www.powerbreatheitalia.it



inglesi (quali Brunel, Birmingham e Loughborough), è nato PowerBreathe.

Questo innovativo strumento è un costruttore respiratorio dotato di morbido boccaglio, facile da utilizzare, che non richiede l'utilizzo dei farmaci e che consente di allenare i muscoli inspiratori. Sì, proprio come l'utilizzare dei pesi per rafforzare la muscolatura delle gambe, la respirazione con PowerBreathe per alcuni