



PHYSIO TRAINING BUCHS

SpiroTiger Kompetenz Center

Der SpiroTiger ist ein neuartiges Trainingsgerät und wurde ursprünglich für ein gezieltes Ausdauertraining der Atmungsmuskulatur entwickelt. Diese Muskulatur - unsere einzig lebenswichtige Skelettmuskulatur - umfasst insgesamt zwölf Muskelgruppen. In Ruhe wird diese täglich rund 18'000 mal eingesetzt, noch häufiger unter körperlicher Belastung - eine wahre Höchstleistung um Ausdauerbereich!

Zweck

Diese Überlegungen standen am Anfang einer langjährigen Forschungsarbeit des Sportphysiologie-Teams um Prof. Dr. med. Urs Boutellier und PD Dr. Christina Spengler. Heute gilt das SpiroTiger-Training als wertvolle Ergänzung in der Trainingstherapie von Atemwegpatienten. Gleichzeitig profitieren Sportler/innen von diesem gezielten Muskeltraining. Nicht nur die Atmung selbst, sondern auch die so wichtige Haltungsmuskulatur wird umfassend gestärkt.

(Alles über die Geschichte des Tigers finden Sie auf www.idiag.ch)

Indikationen

Der SpiroTiger wird in folgenden Fällen wirkungsvoll eingesetzt:
Schleudertrauma, Beschwerden der Halswirbelsäule, Thoracic Outlet Syndrom, M. Bechterew und M. Scheuermann, Schnarchen, Beschwerden der Brustwirbelsäule, Haltungsschwächen.

Angebot

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, den SpiroTiger einen Monat lang selber zu testen. Gegen eine Gebühr von CHF 300.-- und nach einer Einführungsstunde (Messung der Vitalkapazität, Instruktion des SpiroTigers, erstellen eines Trainingsplans) können Sie zu Hause ein einzigartiges Training starten.

Physio Training Buchs ist das SpiroTiger-Kompetenz-Center im Aargau!