

POWER breathe[®]



MAKE EVERY BREATH COUNTSM

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.

La valvola di pressione del **POWERbreathe** assicura che l'aria in inspirazione sia rilasciata solamente nel caso in cui si utilizzi uno sforzo respiratorio sufficiente per aprirla

Per chi può essere utile il POWERbreathe

La risposta sembra essere ovvia : per tutti noi!!! Dalle 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 e la stamina.**

"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



Alphamed snc Str. Regionale (ex S.S. 23) Loc. Viotto 10060 Scalenghe (TO)
Tel. +39 011.9866181 +39 011.9866077 Fax +39 011.9866469
Url: www.alphamedsnc.it - Email: info@alphamedsnc.it



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.

LR

Light resistance

- **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.

MR

Medium resistance

- **POWERbreathe Sport** migliora la velocità e la resistenza nello sportivo agonista : atleti, maratoneti, ciclisti e tutte le attività sportive a livello agonistico.

HR

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.



Alphamed
rehabilitation equipment



POWERbreathe
Plus

Respira più facilmente con POWERbreathe Plus

La linea **POWERbreathe** è l'ultima generazione di prodotti **POWERbreathe** che ha ottimizzato una serie di caratteristiche del tutto uniche fra le quali :

- Flusso d'aria uniforme
- Design ergonomico
- Boccaglio antibatterico estremamente sicuro per prevenire qualsiasi tipo di infezione (E. Coli e MRSA)
- Tappa naso soffice ed ergonomico con una presa sicura (adatto anche da utilizzare in acqua)
- Anti-graffio
- Impugnatura angolata ergonomica per una presa ottimale
- Indicatore livello di resistenza visibile, per un costante monitoraggio della performance



POWERbreathe
Plus

“
*Migliora la Vostra
Respirazione in meno
di 4 settimane*
”



Alphamed snc Str. Regionale (ex S.S. 23) Loc. Viotto 10060 Scalenghe (TO)
Tel +39 011.9866181 +39 011.9866077 Fax +39 011.9866469
Url: www.alphamedsnc.it - Email: info@alphamedsnc.it



POWERbreathe Plus

Wellness Plus



Light resistance

Il rafforzamento polmonare che si ha con il **POWERbreathe Wellness Plus** facilita la respirazione e favorisce un confort ottimale durante ogni tipo di sforzo fisico. Ideale per tutte quelle persone che hanno una vita sedentaria e particolarmente indicato per persone con problemi di **asma** e **problemi respiratori**. **POWERbreathe Wellness Plus** allevia l'affaticamento allo sforzo, rafforzando i muscoli respiratori. Il risultato si ha in meno di 4 settimane, senza l'uso di alcun farmaco.

Ovviamente non è solo per chi ha problemi di salute!!! Come qualsiasi muscolo non allenato, i muscoli respiratori si indeboliscono senza uno stimolo specifico.

- Forse non ci si muove da troppo tempo o forse stiamo invecchiando, e desideriamo fare le scale senza fiato o correre dietro all'autobus senza particolare affanno.
- **POWERbreathe Plus** aiuta anche i cantanti ed i musicisti o chi ha problemi di dislessia.
- **POWERbreathe Plus** aiuta chi ha problemi di Asma, Bronchiti, Fibrosi Cistiche, Enfisema, problemi polmonari o cardiaci, condizioni neuromuscolari, malattie che affliggono i funatori (COPD) e danni alla colonna vertebrale.



“ calma, confort, salute e stabilità nella
vita quotidiana ”

POWERBreathe Wellness Plus
Breathe easier



Alphamed
rehabilitation equipment



POWER
breathe
Plus

“ equilibrio, performance, fitness ”

POWERbreathe Plus Fitness Plus

MR

Medium resistance

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

La camminata in montagna sembrerà più accessibile, sarà più facile portare il cane al guinzaglio, giocare con i nostri figli, la routine in palestra sembrerà meno difficoltosa e ci si diventerà di più quando andremo a ballare.

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 Plus** 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.



POWER
breathe
Plus

“
*Ho trovato il
POWERbreathe
estremamente utile per il mio
allenamento e mi ha aiutato a
sviluppare il mio
rafforzamento polmonare da
quando lo utilizzo*
”

POWERbreathe Fitness Plus Better breathing space



Alphamed snc Str. Regionale (ex S.S. 23) Loc. Viotto 10060 Scalenghe (TO)
Tel. +39 011.9866181 +39 011.9866077 Fax +39 011.9866469
Url: www.alphamedsnc.it - Email: info@alphamedsnc.it



“ velocità, rafforzamento, potenza e
performance ”

PowerBreathe Plus. Sport Plus

HR

Heavy resistance

Per gli atleti agonisti e per gli sportivi professionisti, **POWERbreathe Sport Plus** 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 il gruppo 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%.
- Correre, arrampicare, vogare, nuotare, andare in bici, gli sport a livello di squadra e l'allenamento in palestra diventano meno difficili ed i tempi di recupero si abbreviano notevolmente.
- 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.
- Il tempo di recupero fra ogni sprint è superiore al 7%
- In laboratorio i livelli di stamina e resistenza sono migliorati del 30%



Powerbreathe Sport Plus Make every breath count

Alphamed
rehabilitation equipment



POWERbreathe Medic è stato ufficialmente approvato dal sistema sanitario nazionale inglese (NHS's PPA "Prescription Pricing Authority) ed è attualmente prescrivibile.

- Trattamento esente da farmaci con nessun effetto collaterale
- Dispositivo Medico Classe I
- **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 con l'IMT.

I principi del **POWERbreathe Medic** sono supportati da più 10 anni di ricerca e sviluppo delle Università Inglesi di Birmingham, Loughborough e Brunel.



Alphamed snc Str. Regionale (ex S.S. 23) Loc. Viotto 10060 Scalenghe (TO)
Tel. +39 011.9866181 +39 011.9866077 Fax +39 011.9866469
Url: www.alphamedsnc.it - Email: info@alphamedsnc.it



POWERbreathe Classic™

POWERbreathe Classic è la linea realizzata all'origine della progettazione. Offre gli stessi benefici a livello di salute, fitness e performance sportive della linea **POWERbreathe Plus**, senza l'aggiunta del design high tech di quest'ultima

POWERbreathe

Classic Wellness



Light resistance



POWERbreathe Classic è stato concepito per aiutare la vostra respirazione quotidiana. Allevia l'intensità dello sforzo e rende la vostra attività fisica più gradevole.

- Consigliato a chi soffre di asma, enfisema e COPD
- Supportato da più di 12 anni di ricerca della principali Università Inglesi.

“

La mia respirazione è decisamente migliorata, posso trattenere il respiro molto più a lungo quando nuoto

Alison Cottingham, UK

“



**POWERbreathe
Classic Wellness**

As easy as breathing



Alphamed
rehabilitation equipment



POWERbreathe Classic Fitness



- Per le persone attive che si esercitano regolarmente **POWERbreathe Classic Fitness**



aiuta ad incrementare la performance, il livello di staminala e la resistenza



- Indispensabile per il riscaldamento prima di ogni attività sportiva



- I risultati si vedono in quattro settimane senza l'uso di farmaci



“
Dopo solo due settimane ho notato un miglioramento, questa unita è veramente grande
Helen Clitheroe, UK

”

POWERbreathe Classic Fitness
Take a deeper breath

Alphamed snc Str. Regionale (ex S.S. 23) Loc. Viotto 10060 Scalenghe (TO)
Tel: +39 011.9866181 +39 011.9866077 Fax +39 011.9866469
Url: www.alphamedsnc.it - Email: info@alphamedsnc.it



POWERbreathe Classic Sport Performance



Un'arma segreta per le competizioni ad ogni livello, inclusi gli atleti professionisti **POWERbreathe Classic Sport** è consigliato nelle fasi di riscaldamento, specialmente in inverno o con cattivo tempo.



- Test di laboratorio dimostrano che la performance muscolare respiratoria è aumentata del 30% utilizzando il **POWERbreathe Classic**, così come l'affaticamento ed i tempi di recupero



“
Dopo due settimane ho notato un miglioramento nel mio recupero cardiovascolare
Alan Levi, UK

”



POWERbreathe Classic Sport
Simply breathtaking

 **Alphamed**
rehabilitation equipment



POWERbreathe Plus Iron Girl Plus (edizione limitata)

L'Iron Girl è un modo di vivere, non una disciplina !

L'Iron Girl si avvale di diverse attività sportive, per aiutare la nostra salute ed avere uno stile di vita sano ed attivo.

Il **POWERbreathe Iron Girl Plus** è una serie di allenatori per i nostri muscoli della respirazione che sposa perfettamente l'obbiettivo Iron Girl : portare noi donne ad uno stile di vita salutare.

Il **POWERbreathe Iron Girl Plus** con il suo design high-tech garantisce un risultato straordinario migliorando il livello di fitness, la resistenza all'allenamento, la performance sportiva, il nostro benessere e la nostra vitalità.

POWERbreathe Iron Girl Plus rappresenta il nuovo "must" per il fitness.

Messo a punto e testato da scienziati, il **POWERbreathe Iron Girl Plus** favorisce molti dei benefici che normalmente si associano all'attività fisica :

- Miglioramento della resistenza
- Abbassamento del battito cardiaco e migliore respirazione
- Facilità nel mantenere un esercizio fisico intenso

In altre parole, puoi "allenarti" senza un duro esercizio fisico.

La serie di **POWERbreathe Iron Girl Plus** è autorizzato dal marchio Iron Girl ed è disponibile con 3 livelli di resistenza, in base al Vostro allenamento (basso, medio, alto) e viene fornito con un DVD.



POWERbreathe Plus Ironman (edizione limitata)

L'arma segreta dei Triatleti ha a che vedere con i benefici del **POWERbreathe Plus Ironman** ed è corredato da un DVD che vi illustra le performance degli atleti nelle varie discipline.

Usato durante il riscaldamento, **POWERbreathe Plus Ironman**, esegue un riscaldamento specifico sulla muscolatura toracica, cosa non fattibile con il normale esercizio fisico e migliora la performance senza l'uso di farmaci.

“

Siamo molto felici di essere i

Partners Powerbreathe per la stagione 2006.

Dopo aver provato l'unità per una sola settimana è chiaro che i miglioramenti fisici utilizzando solo due volte al giorno sono sorprendenti.

Adam Little, team Manager for Hincapie Sports/Bianchi/Dasani Cycling Team

“



POWERbreathe Ironman Plus Take a deep(er) breath



Testimonials

“Siamo molto felici di essere i Patners POWERbreathe per la stagione 2006.

Dopo aver provato l'unità per una sola settimana è chiaro che i miglioramenti fisici utilizzandolo solo due volte al giorno sono a dir poco sorprendenti”

Zac Lake, Cyclis, USA

“Dopo essermi accorto di avere l'asma, ho comperato il POWERbreathe e non posso credere che la mia respirazione sia migliorata ! Andrò a trovare il mio medico per discutere di diminuire le mie visite preventive.”

T Dure, UK

“Sono un ciclista di 30 anni che soffre di asma. Ho sempre dipeso dal mio inalatore mentre mi allenavo e correvo. Ho comperato un POWERbreathe rosso sei giorni fa ed è stato il miglior acquisto di sempre.

Non vedo l'ora che passino 4 settimane per vedere gli effetti !”

MT. Australia

“Ho 50 anni e recentemente mi sono reso conto di essere in affanno durante le prime fasi di riscaldamento prima di una corsa. Poi ho iniziato ad usare il POWERbreathe ed adesso anche la fase finale della mia performance è notevolmente migliorata.”

PG, Cyclo-Cross competitor, USA.

“La cosa più importante è che impieghi solo pochi minuti e lo puoi utilizzare quando e dove vuoi.

Soffro di asma ed è un elemento fondamentale per migliorare la qualità di ogni singolo respiro.”

Rob Birchall, UK.



POWER
breathe[®]
"for anyone who breathes"

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.



Distributore esclusivo per l'Italia :

Alphamed
rehabilitation equipment

Alphamed snc Str. Regionale (ex S.S. 23) Loc. Viotto 10060 Sc
Tel. +39 011.9866181 +39 011.9866077 Fax +39 011.9866469
Url: www.alphamedsnc.it - Email: info@alphamedsnc.it

