

Vacuwell – zázrak na chudnutie



Vyskúšali ste už rôzne diéty, ba ste v niektorých partiách aj schudli, ale na tých najproblematickejších, akými sú brucho a boky, ani za svet? Radou nad zlato je, aby ste vyskúšali tréning vo vákuu! Jednoduchá chôdza, či stepper alebo špeciálny stacionárny bicykel vo vzduchotesnej komore je fantastickým spôsobom ako si vyformovať štíhle nohy, pevný zadok i bruško, lebo práve takýmto cvičením sa výrazne stimuluje prekrvenie a cielene sa odbúrava tuk.

Vo vacuwell chudnete 3x rýchlejšie

Vacuwell je vlastne stroj s vysoko účinným vákuom. Základným princípom je podtlaková terapia, ktorá robí s vaši telom priam zázraky. Práve vďaka podtlaku v komore vacuwell sa začínajú spaľovať tuky už po 10 minútach cvičenia, čo je oveľa skôr ako bez podtlaku. V bežnej atmosfére sa tuky začínajú spaľovať približne po 30 minútach cvičenia. Efekt je vyvolaný aj tým, že tuky sa spaľujú až pri dosiahnutí určitej hladiny tepovej frekvencie srdca. Vo vacuwell máte dokonalý a podrobný prehľad o výške vašej tepovej frekvencie a preto si môžete sami určovať tempo, ktorým sa v prístroji pohybujete.

Pri tréningu do podtlakovej komory nevchádzate celá, ale iba vaše nohy a zadok, ktoré môžete navliecť aj do špeciálneho, akoby neopréneho obleku. Teda hornú polovicu tela máte na vzduchu a dolná polovica „maká“ vo vzduchotesnej komore, v ktorej sa mení tlak. Tým, že pohybom telo vytvára teplo, zlepšuje sa prekrvenie a stimuluje sa lymfatický systém, čím sa odbúravaju z tela škodlivé látky.

Preč s celulitídou

Cvičenie je vhodné pre všetky vekové kategórie i obe pohlavia. Ženy i muži pravidelným cvičením vo vacuwell strácajú 3x viac tuku ako pri inom type cvičenia. Rýchlo formuje postavu ubúdaním prebytočných centimetrov v páse, na stehnách či cez zadok, zlepšuje cirkuláciu krvi a zvyšuje kondíciu. Dokonca pozitívne ovplyvňuje aj odbúravanie celulitídy, pretože pokožka sa následne lepšie zásobuje minerálmi, vitamínmi, enzýmami a kyslíkom. V priemere klienti, ktorí absolvujú celú predpísanú kúru, strácajú až 2 konfekčné veľkosti. A to už je pekný výsledok!