

MEHR

Gesundheit

Vitalität

Energie



Vitalität beginnt
in der gesunden Zelle

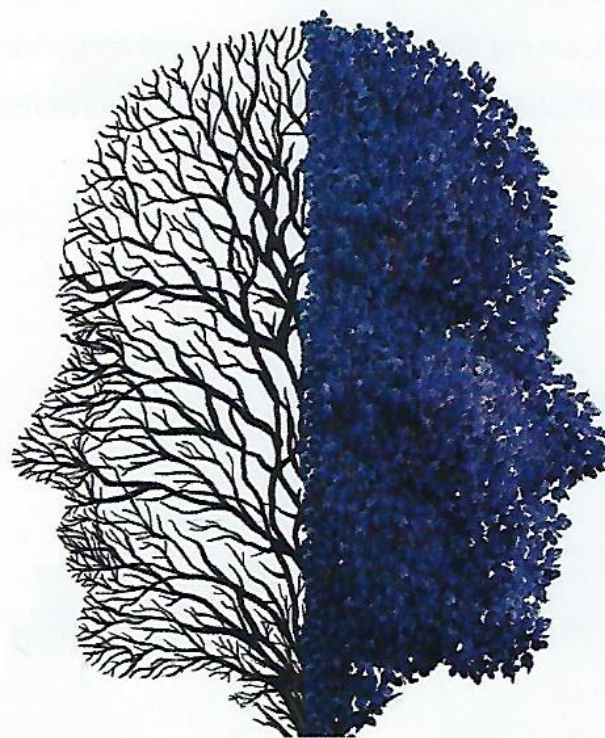
©Fotolia_77934198

EIN AUSFLUG INS GEBIRGE

So oft Sie wollen – ganz entspannt im Liegen –
einfach durch das Einatmen unterschiedlicher
Sauerstoffkonzentrationen.

ZELLTRAINING - SO FUNKTIONIERT ES

Sie liegen oder sitzen völlig entspannt und atmen
über eine Atemmaske im auf Sie abgestimmten
Wechsel hypoxische (sauerstoffreduzierte) und
hyperoxische (sauerstoffangereicherte) Luft ein.
Gesunde Mitochondrien schützen sich gegen die
erhöhte Sauerstoffkonzentration mit Hilfe von
Antioxidanzien. Beschädigte und veraltete
Mitochondrien überleben diesen „Stress“ jedoch
nicht und gehen unter. So wird ganz bewusst die
Zerstörung geschädigter Mitochondrien
verursacht, woraus wiederum ein wenige Tage
andauernder Energiemangel in den Zellen resultiert.
Gerade dieser Energiemangel gibt den wichtigen
Impuls zur beschleunigten Vermehrung neuer,
gesunder Mitochondrien.



©Fotolia_82741692