

POWER breathe® PLUS

 **SPORT
COMPONENTS**

GILT FÜR DIE FOLGENDEN MODELLE:

POWERbreathe Wellness PLUS
POWERbreathe Fitness PLUS
POWERbreathe Sports Performance PLUS
POWERbreathe Ironman PLUS
POWERbreathe Iron Girl PLUS

Mit eingebauter
Antiseptischer
Technik



Offizieller Atemmuskulaturtrainer des

IRONMAN. Iron  Girl®

Sehr geehrte Kundin, Sehr geehrter Kunde!

Wir beglückwünschen Sie zu Ihrer Entscheidung für den POWERbreathe PLUS. Bei richtiger Anwendung sollten Sie die positiven Auswirkungen der Benutzung Ihres POWERbreathe PLUS bereits in wenigen Wochen spüren können. POWERbreathe PLUS stärkt Ihre Atemmuskulatur und reduziert so Atemlosigkeit bei Ihrem Training oder Ihren Aktivitäten. Dies gilt für Leistungssportler ebenso wie für Patienten mit Atemwegserkrankungen, wie z.B. Asthma, Lungenemphysem oder Bronchitis.

POWERbreathe PLUS verwendet eine Technik, die unter dem Namen Widerstandstraining bekannt ist. Diese kräftigt die Atemmuskulatur, indem sie diese stärker arbeiten lässt. Das ist ähnlich wie wenn Sie Gewichte heben, um Ihre Armmuskulatur zu stärken. Beim Training mit POWERbreathe PLUS werden Sie bemerken, dass Sie sich beim Einatmen mehr anstrengen müssen. Das ist der Effekt des Widerstandstrainings. Dieser wirkt auf die Muskeln, die beim Einatmen arbeiten - vor allem die Muskeln des Zwerchfells und des Brustkorbs. Beim Ausatmen wird kein Widerstand ausgeübt und Sie können normal ausatmen. Dadurch können sich die Brust- und Atemmuskeln entspannen und die Luft auf natürliche Weise aus der Lunge entweichen lassen.

Sie kennen vielleicht bestimmte Atemtechniken, wie z.B. die beim Yoga angewandte, bei der die Atmung durch die Nase bevorzugt wird. Obwohl Sie beim Training mit POWERbreathe PLUS durch den Mund anstatt durch die Nase atmen müssen, beruht das Training auf ähnlichen Prinzipien. Es ermöglicht eine Verbesserung der Stärke und zusätzliche Kontrolle über Ihrer Atmung. POWERbreathe PLUS ergänzt daher diese Atemtechniken.

Das klinisch erprobte POWERbreathe PLUS Training sieht 30 Atemzüge zweimal täglich vor und dauert deshalb in der Regel nur wenige Minuten. **Damit Sie mit Ihrem POWERbreathe PLUS die optimale Wirkung erzielen, lesen Sie die Anweisungen in diesem Heft bitte sorgfältig durch und nehmen Sie sich Zeit sich an das Training zu gewöhnen**

Inhaltsverzeichnis

Vorsichtsmaßnahmen	36
Produktbeschreibung	37
Erste Schritte mit POWERbreathe PLUS	38
POWERbreathe PLUS Training für Wellness	41
POWERbreathe PLUS Training für Fitness und sportliche Leistung	42
POWERbreathe PLUS zum Aufwärmen vor dem Training	43
Pflege und Wartung	44
Technische Angaben	46
Haftungsausschluss	

Vorsichtsmaßnahmen

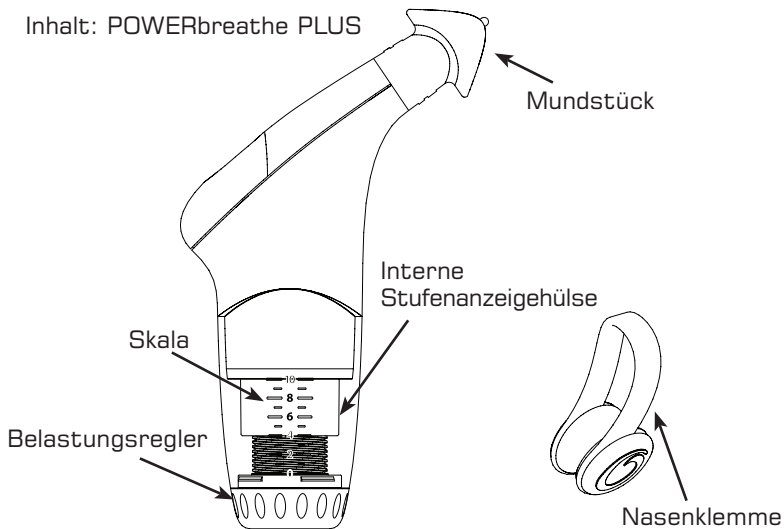
POWERbreathe PLUS eignet sich für fast Jeden und verursacht bei korrekter Anwendung keine schädlichen Nebenwirkungen. Lesen Sie die folgenden Vorsichtsmaßnahmen bitte sorgfältig durch, um die sichere und richtige Handhabung Ihres POWERbreathe PLUS zu gewährleisten:

- **KONTRAINDIKATIONEN:** Ein Training der Einatmungsmuskulatur, wie z.B. das Training mit POWERbreathe PLUS, wird für Patienten, bei denen schon einmal ein spontaner Pneumothorax (ein Lungenkollaps, der nicht durch eine traumatische Verletzung wie z.B. eine gebrochene Rippe bedingt war) aufgetreten ist, nicht empfohlen, da dies zu einem Wiederauftreten dieses Zustands führen kann. Nach einem traumatischen Pneumothorax und/oder einem Rippenbruch, sollte POWERbreathe PLUS erst nach vollständiger Genesung angewandt werden.
- Falls Sie an einer Erkältung, Nasennebenhöhlenentzündung oder Atemwegsinfektion leiden, empfehlen wir Ihnen, dass Sie POWERbreathe PLUS erst dann wieder benutzen, wenn die Symptome vollständig abgeklungen sind.
- Bei manchen Benutzern kann beim Training mit POWERbreathe PLUS ein leicht unangenehmes Gefühl im Ohr auftreten, vor allem, wenn sie eine Erkältung auskurieren. Die Ursache hierfür ist ein unzureichender Druckausgleich zwischen Mund und Ohren. Sollte das Symptom weiter bestehen bleiben, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.
- Um die mögliche Übertragung von Infektionen zu vermeiden, empfehlen wir Ihnen, den POWERbreathe PLUS nicht mit anderen Personen zu teilen. Dies gilt auch für die Mitglieder Ihrer Familie.
- Beim Training mit POWERbreathe PLUS sollten Sie beim Einatmen einen Widerstand spüren, jedoch sollte das Einatmen nicht schmerzhaft sein. Falls Sie bei der Benutzung von POWERbreathe PLUS Schmerzen haben, unterbrechen Sie das Training sofort und wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.
- Falls Sie sich nicht sicher sind, ob POWERbreathe PLUS für Sie geeignet ist, oder falls Sie an einer Krankheit leiden, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.
- Ändern Sie nichts an der Einnahme verschriebener Medikamente oder an Behandlungsplänen, ohne vorher den Rat Ihres Arztes eingeholt zu haben.
- Dieses Produkt eignet sich nicht zur Diagnose, Behandlung, Heilung oder Prävention von Krankheiten.
- POWERbreathe PLUS wurde ausschließlich für das Training Ihrer Einatmungsmuskulatur entwickelt. Eine anderweitige Anwendung ist weder nahe liegend noch vorgesehen.
- Personen unter 16 Jahren sollten POWERbreathe PLUS nur unter Aufsicht eines Erwachsenen benutzen. POWERbreathe PLUS enthält Kleinteile und ist für Kinder unter 3 Jahren nicht geeignet.

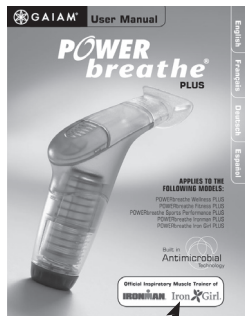
Es ist klinisch erwiesen, dass ein Training der Einatmungsmuskulatur, wie z.B. jenes mit POWERbreathe PLUS, zu einer Verbesserung der Symptome, sowie der Belastungstoleranz und Lebensqualität von Patienten mit stark schwächenden Krankheiten, wie z.B. chronisch obstruktiver Lungenerkrankung oder Asthma, führt. Falls Sie oder Ihr Arzt sich weitergehend über die klinische Wirksamkeit von POWERbreathe PLUS informieren möchten, besuchen Sie bitte unsere Website (www.powerbreathe.com). Bei weiteren Fragen bezüglich des POWERbreathe PLUS setzen Sie sich bitte telefonisch mit dem Vertrieb in Ihrem Land in Verbindung.

Produktbeschreibung

Inhalt: POWERbreathe PLUS



Deutsch



Aufbewahrungsbeutel

Benutzerhandbuch/
Garantieschein

Die ersten Schritte mit dem POWERbreathe PLUS

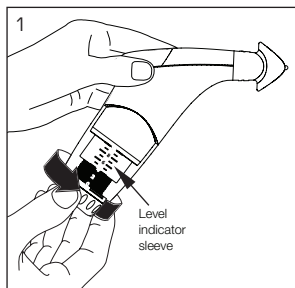


Abb. 1: Einstellung des POWERbreathe PLUS
Nehmen Sie den POWERbreathe PLUS und die Nasenklemme aus der Verpackung. Halten Sie den POWERbreathe PLUS aufrecht und üben Sie die Einstellung des Trainingsniveaus: Drehen Sie den Belastungsregler im Uhrzeigersinn, um das Trainingsniveau zu erhöhen. Drehen Sie den Regler gegen den Uhrzeigersinn, um das Trainingsniveau zu vermindern. *Bitte beachten Sie, dass an der Seite des POWERbreathe PLUS eine nummerierte Skala zu sehen ist. Beim Drehen des Belastungsreglers bewegt sich die Hülse der internen Stufenanzeige nach oben oder unten und zeigt auf dieser Skala Ihr aktuelles Trainingsniveau an.*

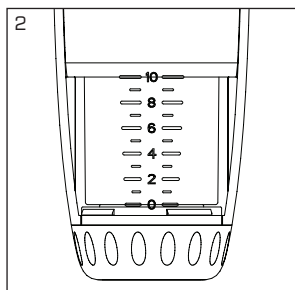


Abb. 2: Stufe 0
Stellen Sie den POWERbreathe PLUS auf Stufe 0 ein. Bei dieser Stufe sollte sich das untere Ende der internen weißen Hülse, auf einer Höhe mit der untersten Stufe auf der Skala befinden, wie in der Abb. dargestellt. *Bitte beachten Sie: Versuchen Sie nicht, die Belastung auf weniger als Stufe 0 zu reduzieren, weil dies zur Beschädigung des Einstellgewindes führen könnte.*

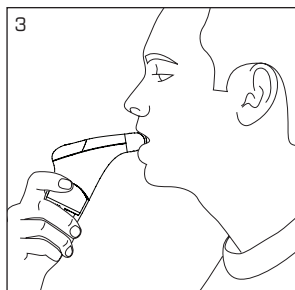


Abb. 3: POWERbreathe PLUS in den Mund nehmen
Achten Sie darauf, dass Sie aufrecht sitzen bzw. stehen und sich entspannt fühlen. Halten Sie den POWERbreathe PLUS am Griff fest, nehmen Sie das Mundstück in den Mund, so dass Ihre Lippen den äußeren Rand bedecken und so eine Dichtung bilden. Fassen Sie die Bissperre des Mundstücks zwischen Ihren oberen und unteren Zähnen.

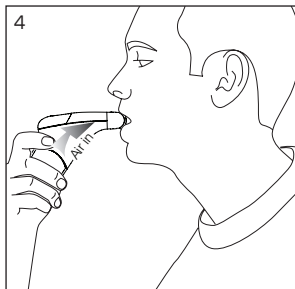


Abb. 4: Einatmen durch den POWERbreathe PLUS

Atmen Sie so weit wie möglich aus. Danach atmen Sie so schnell wie möglich, kräftig und so viel wie möglich ein. Richten Sie dabei Ihren Rücken gerade und dehnen Sie den Brustkorb aus.

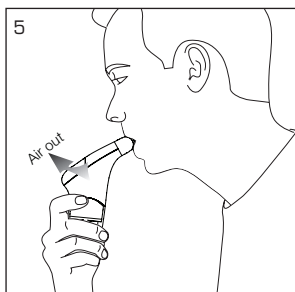


Abb. 5: Ausatmen durch den POWERbreathe PLUS

Atmen Sie solange langsam und passiv durch den Mund aus, bis Ihre Lungen leer sind und entspannen Sie dabei Ihre Brust- und Schultermuskulatur. Pausieren Sie so lange, bis Sie wieder das Bedürfnis zum Atmen verspüren. Wiederholen Sie diese Übung so lange, bis Sie mit dem Atmen durch den POWERbreathe PLUS vertraut sind. *Bitte beachten Sie: Schnappen Sie nicht nach Luft. Falls Sie anfangen sich schwindlig zu fühlen, verlangsamen Sie die Geschwindigkeit Ihrer Atmung und machen Sie am Ende des Ausatmens eine Pause.*

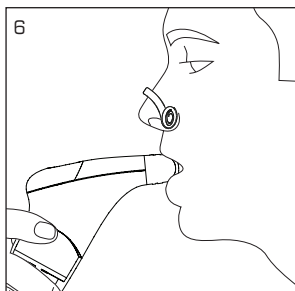


Abb. 6: Verwendung der Nasenklemme

Setzen Sie nun die Nasenklemme auf, so dass Ihre Nasenlöcher, wie in der Abb. dargestellt, zusammengedrückt werden. Üben Sie weiter, indem Sie kräftig einatmen und anschließend langsam und vollständig ausatmen. *Bitte beachten Sie: Die Nasenklemme hilft Ihnen dabei, durch den Mund statt durch die Nase zu atmen. Sie ist jedoch nicht unbedingt erforderlich und einige Leute finden es angenehmer ohne die Nasenklemme zu trainieren.*

Finden Sie das für Sie richtige Trainingsniveau

Versuchen Sie 30 Atemzüge auf der Stufe 0 mit der beschriebenen Atemmethode zu schaffen. Machen Sie sich keine Gedanken, wenn Sie die 30 Atemzüge nicht auf Anhieb schaffen. Jeder Mensch ist anders, und es kann eine gewisse Zeit dauern, bis ihre Atemmuskulatur entsprechend aufgebaut ist.

- Wenn Sie die 30 Atemzüge ohne besondere Anstrengung schaffen, drehen Sie den Belastungsregler im Uhrzeigersinn, um das Trainingsniveau zu erhöhen und wiederholen Sie anschließend die Übung.
- Auf diese Weise können Sie durch schrittweises Steigern der Stufen, bis Sie genau 30 Atemzüge durchhalten, das ideale Trainingsniveau für sich herausfinden.
- Wenn Sie das richtige Niveau für sich gefunden haben, sollten Sie nach Möglichkeit zweimal täglich 30 Atemzüge absolvieren. Einmal am Morgen und einmal am Abend.
- Im Laufe der Zeit wird es Ihnen immer leichter fallen die 30 Atemzüge zu absolvieren. An diesem Punkt können Sie das Trainingsniveau steigern, indem Sie den Knopf um etwa eine Vierteldrehung weiterdrehen, so dass Sie wieder nur gerade 30 Atemzüge schaffen. Bitte beachten Sie: Die Skala dient nur zur Orientierung - setzen Sie sich nicht unter Druck. Sie brauchen nicht jedes Mal eine ganze Stufe heraufzudrehen, wenn Sie Ihre Trainingsbelastung steigern wollen.

Pflege der Atmung

Nach vier bis sechs Wochen sollten sich Ihre Atemmuskeln deutlich verbessert haben und Sie sollten sich bei körperlicher Betätigung weniger atemlos fühlen. In diesem Stadium brauchen Sie Ihren POWERbreathe PLUS nicht mehr täglich zu benutzen, um Ihre verbesserte Atmung aufrechtzuerhalten. Es reicht aus, wenn Sie Ihren POWERbreathe PLUS alle zwei Tage zweimal benutzen, um geringere Atemlosigkeit sowie eine verbesserte Leistung bei körperlicher Betätigung zu genießen.

Die Trainingsbelastung von POWERbreathe PLUS kann eingestellt werden. Beginnen Sie mit einem Niveau, das Sie leicht bewältigen können. Falls Sie an einer Atemwegserkrankung leiden, nicht an körperliche Betätigung oder Training gewöhnt sind, könnte sogar das niedrigste Niveau eine Herausforderung für Sie darstellen. In diesem Fall empfehlen wir Ihnen, während der ersten Woche die Trainingsbelastung der Stufe 0 zu wählen. Konzentrieren Sie sich zunächst nur darauf, tief und kräftig einzuatmen. Danach langsam und sanft auszuatmen. Versuchen Sie zweimal täglich auf 30 Atemzüge zu kommen. Wenn Sie die 30 Atemzüge nicht auf einmal absolvieren können, pausieren Sie eine Minute lang und setzen Sie die Übung anschließend fort, bis Sie insgesamt 30 Atemzüge gemacht haben.

Sobald Sie ohne besondere Anstrengung und ohne Pausen mehr als 30 Atemzüge absolvieren können, erhöhen Sie das Trainingsniveau um eine Vierteldrehung. Diese Steigerung kann bedeuten, dass Sie bei der nächsten Sitzung keine 30 Atemzüge ohne Pause absolvieren können. Trainieren Sie auf dieser Stufe weiter und Sie werden schon bald in der Lage sein, 30 Atemzüge am Stück zu schaffen. Erhöhen Sie das Trainingsniveau immer dann, wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie ohne besondere Anstrengung und ohne Pausen mehr als 30 Atemzüge absolvieren können. Nehmen Sie sich vor, das Trainingsniveau jede Woche um eine Vierteldrehung zu erhöhen.

Wenn Sie Ihr Training mit POWERbreathe PLUS beginnen, werden Sie vielleicht feststellen, dass Sie problemlos mehr als 30 Atemzüge auf Stufe 0 absolvieren können. Erhöhen Sie in diesem Fall das Trainingsniveau jeden Tag um eine Vierteldrehung. Sie werden bald ein Niveau erreichen, das eine Herausforderung für Sie darstellt und bei dem Sie Schwierigkeiten haben, 30 Atemzüge am Stück zu absolvieren. Erhöhen Sie bei Erreichen dieses Niveaus die Trainingsstufe nur noch dann, wenn Sie wieder ohne besondere Schwierigkeiten mehr als 30 Atemzüge am Stück absolvieren können.

Seien Sie sich darüber im Klaren, dass Sie den POWERbreathe PLUS regelmäßig benutzen müssen, unabhängig davon, ob Sie ein Spitzensportler sind oder nur die Treppen steigen können wollen ohne dabei außer Puste zu geraten. Je mehr Anstrengung Sie in Ihr POWERbreathe PLUS Training investieren, desto größer ist der Nutzen, den Sie daraus ziehen. Lassen Sie sich jedoch nicht dazu verleiten, mehr als zwei Serien mit je 30 Atemzügen pro Tag oder mehr als 30 Atemzüge in einer Sitzung zu absolvieren. Konzentrieren Sie sich stattdessen lieber darauf, das anspruchsvollste Niveau für 30 Atemzüge zweimal täglich zu erreichen. Bedenken Sie, dass die Erholung ein wichtiger Teil des Trainingsprozesses ist und dass Ihre Einatemmuskulatur Zeit braucht, sich zwischen den Trainingssitzungen zu entspannen und anzulegen.

POWERbreathe PLUS Training für Fitness und sportliche Leistung

Bitte beachten Sie: Die folgenden Trainingsanweisungen sind ziemlich anstrengend und wir empfehlen sie nur Benutzern, die an harte körperliche Aktivität gewöhnt sind.

Mit dem POWERbreathe PLUS Training verhält es sich wie mit jedem anderen Training auch – Sie bekommen das zurück was Sie investieren und sobald Sie damit aufhören, lässt der Nutzen allmählich nach und verschwindet. Wenn Sie POWERbreathe PLUS zur Steigerung Ihrer Leistung benutzen, sollten Sie sich eventuell etwas mehr fordern und zudem sicherstellen, dass Sie Ihr POWERbreathe PLUS Training regelmäßig durchführen.

Wenn Sie das POWERbreathe PLUS Training zur Steigerung Ihrer Leistungsfähigkeit durchführen, verfolgen Sie denselben Trainingsplan, "30 Atemzüge zweimal täglich". Seien Sie sich jedoch darüber im Klaren, dass Sie nur dann den optimalen Trainingserfolg erzielen, wenn Sie hart trainieren. Mit anderen Worten, atmen Sie so tief und kräftig wie möglich ein und zielen Sie darauf ab, das muskuläre "Versagen" innerhalb von 30 Atemzügen zu erreichen. "Versagen" bedeutet, dass Sie nicht in der Lage sind, einen weiteren vollen Atemzug auszuführen, nachdem Sie 30 Atemzüge absolviert haben. Wenn Sie merken, dass Sie mit Leichtigkeit mehr als 30 Atemzüge absolvieren können, erhöhen Sie Ihre Trainingsbelastung um eine Vierteldrehung. Dadurch erreichen Sie bei der nächsten Sitzung möglicherweise weniger als 30 Atemzüge. Behalten Sie das Niveau dennoch bei – innerhalb weniger Tage werden Sie wieder 30 erreichen. Auf diese Weise trainieren Sie immer auf dem optimalen Niveau.

Je schneller Sie 30 Atemzüge absolvieren können, desto größer ist der Trainingseffekt für Ihre Einatmungsmuskulatur: Absolvieren Sie, um den optimalen Nutzen aus Ihrem Training zu ziehen, die 30 Atemzüge so schnell Sie können, ohne dass Ihnen dabei schwindlig wird. Wenn Sie anfangen, sich schwindlig zu fühlen, pausieren Sie einfach am Ende des Atemzuges und warten Sie bis Sie wieder einatmen müssen. Lassen Sie sich nicht dazu verleiten, mehr als zweimal täglich zu trainieren oder mehr als 30 Atemzüge in einer Sitzung zu absolvieren. Bedenken Sie, dass die Erholung ein wichtiger Teil des Trainingsprozesses ist und dass Ihre Einatmungsmuskulatur Zeit braucht, sich zwischen den POWERbreathe PLUS Trainingssitzungen zu entspannen und anzugleichen.

POWERbreathe PLUS zum Aufwärmen vor dem Training

Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass die Atemmuskulatur bei den normalen Aufwärmübungen vor dem Training vernachlässigt wird. Dies führt am Beginn des Trainings zu übermäßiger Atemlosigkeit. POWERbreathe PLUS kann speziell zum Aufwärmen dieser Muskeln vor dem Training eingesetzt werden, indem eine Einstellung mit reduzierter Belastung gewählt wird.

Hierfür müssen Sie zunächst Ihre aktuelle Trainingseinstellung bestimmen, indem Sie die Position der Hülse der Trainingsniveauanzeige auf der nummerierten Skala überprüfen. Für Aufwärmübungen sollte der Widerstand des POWERbreathe PLUS auf ca. 80% Ihres normalen Trainingswiderstandes eingestellt werden. Verwenden Sie folgende Tabelle als Richtlinie zur Berechnung Ihrer idealen Aufwärmbelastung anhand Ihrer gegenwärtigen Trainingsbelastung.

Gegenwärtige Trainingsbelastung	Ideale Aufwärmbelastung
STUFE 10	STUFE 8
STUFE 9	STUFE 7
STUFE 8	STUFE 6.5
STUFE 7	STUFE 5.5
STUFE 6	STUFE 5
STUFE 5	STUFE 4
STUFE 4	STUFE 3
STUFE 3	STUFE 2.5
STUFE 2	STUFE 1.5
STUFE 1	STUFE 1
STUFE 0	STUFE 0

Wenn Sie Ihren POWERbreathe PLUS auf das richtige Aufwärmniveau eingestellt haben, führen Sie zwei Serien mit 30 Atemzügen durch. Machen Sie zwischen den beiden Serien zwei Minuten Pause. Versuchen Sie, vollständig und kräftig einzusatmen. Diese Übung sollte innerhalb von fünf Minuten vor Beginn Ihres Workouts, Trainings oder Wettkampfs durchgeführt werden.

(BITTE BEACHTEN SIE: Durch eine vollständige Drehung des Belastungsreglers erhöht oder verringert sich der Widerstand um eine Stufe)

Vorsichtsmaßnahmen

POWERbreathe PLUS wurde so robust und langlebig wie möglich konzipiert. Mit etwas Pflege sollte Ihr POWERbreathe PLUS viele Jahre halten. Lesen Sie sich bitte folgende Vorsichtsmaßnahmen durch, um zu gewährleisten, dass Ihr POWERbreathe PLUS in bestem Zustand bleibt:

- Versuchen Sie nicht, den Belastungsregler auf unter 0 zu drehen – dies ist die minimal mögliche Einstellung und der Versuch den Mechanismus weiter herauszuschrauben kann zu einer Beschädigung des Einstellgewindes führen.
- Versuchen Sie nicht, den oberen und den unteren Teil des Hauptkörpers des Geräts zu trennen – diese Teile sollten permanent miteinander verbunden bleiben.
- Bewahren Sie Ihren POWERbreathe PLUS in dem mitgelieferten Beutel oder in einem geeigneten sauberen und hygienischen Behälter auf. Achten Sie bitte immer darauf, dass Ihr POWERbreathe PLUS trocken ist, bevor Sie ihn verstauen.

Reinigung

Ihr POWERbreathe PLUS ist während der Anwendung Speichel ausgesetzt. Wir empfehlen, dass Sie ihn häufig reinigen, um Hygiene und Funktionalität aufrechtzuerhalten.

Legen Sie Ihren POWERbreathe PLUS mehrmals wöchentlich etwa zehn Minuten lang in warmes Wasser. Reinigen Sie ihn anschließend unter fließendem, warmem Wasser mit einem weichen Tuch. Widmen Sie dem Mundstück dabei besondere Aufmerksamkeit. Schütteln Sie überschüssiges Wasser heraus und legen Sie das Gerät zum Trocknen auf ein sauberes Handtuch.

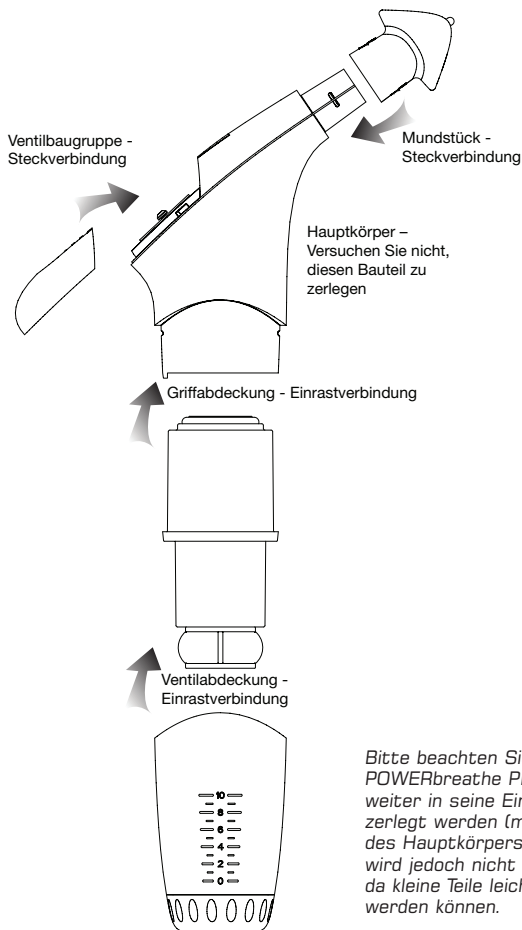
Führen Sie den Vorgang einmal wöchentlich anstelle von Wasser mit einer milden Desinfektionslösung durch, in die Sie Ihren POWERbreathe PLUS einlegen. Die verwendete Desinfektionslösung muss für die Verwendung an Teilen die mit dem Mund in Kontakt kommen geeignet sein, wie z.B. jene die zur Reinigung von Babyflaschen benutzt werden. Wenn Sie sich nicht sicher sind, fragen Sie Ihren Apotheker oder konsultieren Sie für weitere Informationen die POWERbreathe Website.

Damit Ihr POWERbreathe PLUS in gutem Zustand bleibt, halten Sie ihn nach der Desinfektion kopfüber unter fließendes Wasser, damit dieses durch das Gerät laufen kann. Schütteln Sie überschüssiges Wasser heraus und legen Sie ihn zum Trocknen auf ein sauberes Handtuch.

Falls eine weitergehende Reinigung nötig sein sollte, kann der POWERbreathe PLUS, wie in der Abb. auf Seite 46 dargestellt, in seine Einzelteile zerlegt werden. Achten Sie beim Zerlegen des POWERbreathe PLUS darauf, keine Teile zu verlieren.

Bitte beachten Sie: Der POWERbreathe PLUS kann nicht in der Geschirrspülmaschine gewaschen werden.

Zusammenbau des POWERbreathe PLUS



Bitte beachten Sie: Der POWERbreathe PLUS kann weiter in seine Einzelteile zerlegt werden (mit Ausnahme des Hauptkörpers). Dies wird jedoch nicht empfohlen, da kleine Teile leicht verlegt werden können.

Technische Angaben

Mundstück	=	latexfreies PVC
Durchsichtige Griffabdeckung	=	Polycarbonat
Soft-Touch- Einstellgriff	=	ABS mit Santopren-Überzug
Klappenventil	=	Silikon 60
O-Ring	=	Nitrilkautschuk
Gummi der Nasenklemme	=	Silikon 40
Brücke der Nasenklemme	=	Polyamid
Alle anderen Bauteile	=	ABS (Acrylnitril-Butadien-Styrol)

Bitte beachten Sie: Die Materialien entsprechen gemäß Zusammensetzung, Zusätzen und Eigenschaften den Bestimmungen der FDA (Food and Drug Administration; US-Bundesbehörde zur Überwachung von Nahrungs- und Arzneimitteln), sofern zutreffend in Übereinstimmung mit der Richtlinie 93/42/EWG über die unumgänglichen Anforderungen für Medizinprodukte (Anhang 1).

Auswahlbereich für die Belastung

(Hierbei handelt es sich um ungefähre Werte, die von Einheit zu Einheit und bei unterschiedlichen Atemfrequenzen variieren können)

Modell	Belastung (-cmH ₂ O) @ 1L sec-1										
	Level 0	Level 1	Level 2	Level 3	Level 4	Level 5	Level 6	Level 7	Level 8	Level 9	Level 10
Wellness	17	25	33	41	49	58	66	74	82	90	98
Fitness	23	39	55	72	88	104	121	137	153	170	186
Sportliche Leistung	29	53	78	102	127	151	176	200	225	249	274

Die klassische Serie des POWERbreathe

Die klassische Serie des POWERbreathe ist in unterschiedlichen Modellen in allen gut sortierten Geschäften erhältlich.

Die Original POWERbreathe Modelle werden von Personen weltweit benutzt.

POWERbreathe
– Modell Sportliche
Leistung (Rot)



Alle Modelle der
POWERbreathe Klassik-
und PLUS-Serie sind im
Einzelhandel erhältlich

POWERbreathe
– Modell Fitness
(Blau)

POWERbreathe
– Modell Wellness (Grün)

POWER
breathe® Medic
“makes breathing easier”™

POWERbreathe Medic – nur auf Rezept (oder im Rahmen eines Medicare-Programms) erhältlich



Deutsch