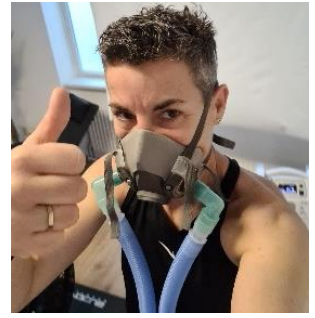


SPORTEN MET ZUURSTOF THERAPIE (EWOT)

IN EEN ZUURSTOFRIJK LICHAAM HERSTEL JE BETER

Gefeliciteerd met uw aanschaf van EWOT zuurstoftherapie



WAT IS EWOT Exercise With Oxygen Therapy

- EWOT – sporten met zuurstoftherapie – is een veilige, snelle en bijzonder effectieve manier om meer zuurstof binnen te krijgen.
- Door de fysieke inspanning kan er meer kooldioxide worden aangemaakt en daardoor meer zuurstof worden opgenomen. Dat is een natuurlijk proces, de zuurstofwinst wordt opgenomen door de rode bloedcellen, het bloedplasma en de weefsels en kan vervolgens aan de cellen worden afgeleverd.
- Een hoog zuurstofniveau leidt sneller tot het vergroten van de belastbaarheid, het uithoudingsvermogen neemt toe.

Deze universele therapie pakt de primaire oorzaak van veel ziekten, aandoeningen en klachten aan, namelijk het gebrek aan energie dat toeneemt met de leeftijd, stress

DIT IS WAT JE GAAT DOEN TIJDENS EEN EWOT ZUURSTOFTRAINING

- Train de eerste week tenminste 4 dagen op rij gedurende 15 minuten. En vervolgens minimaal 2 á 3 dagen per week gedurende perioden van 15 minuten. EWOT kun je in principe 2 x per dag doen.
- EWOT kan worden gedaan met een hometrainer, loopband, elliptische trainer e.d. Tijdens de sessie van 15 minuten sprint je ongeveer 30 seconden totdat je hartslag ongeveer 100-120 slagen per minuut is.
- Herstel vervolgens gedurende ongeveer drie minuten, ga terug naar een normaal trainingsritme en hartslag.
- Herhaal de cyclus nogmaals, 3-5 keer, om vasodilatatie te vergroten en de slagaders te openen zodat zuurstof in uw zuurstofarme weefsels komt.
- Valt EWOT u in het begin zwaar? Begin dan met 7 minuten per keer en bouw dat op, het hogere zuurstofniveau gaat u snel helpen in beweging te komen en in beweging te blijven. Drink voldoende water om de afvoer van ontstekingsstoffen te ondersteunen.

Waarom is 15 minuten voldoende? Omdat u uw hartslag verhoogt terwijl u onbepikt 95 % zuivere zuurstof kunt inademen, circuleert de O₂ snel in uw lichaam en lost op in uw bloedplasma, dat verbetert de resultaten enorm, daarom vereist EWOT veel minder tijd dan bijvoorbeeld hyperbare zuurstoftherapie.

VOOR WIE IS EWOT BEDOELD?

Iedereen die kan bewegen heeft baat bij sporten met zuurstoftherapie, van topsporters tot oudere patiënten met een beperkte doorbloeding.

Zie de bijgevoegde handleiding voor het installeren van EWOT

Tip voor een lange levensduur van de zuurstofconcentrator: houd hem stofvrij, niet in

vochtige of te warme ruimte, verpak de machine luchtdicht indien hij een tijdje niet wordt gebruikt. De zuurstofzak is gecertificeerd en van hoge kwaliteit. De zak kan altijd gevuld blijven, de zuurstof blijft altijd zuiver in deze opslag.

Waarom EWOT effectief kan zijn voor vele aandoeningen?

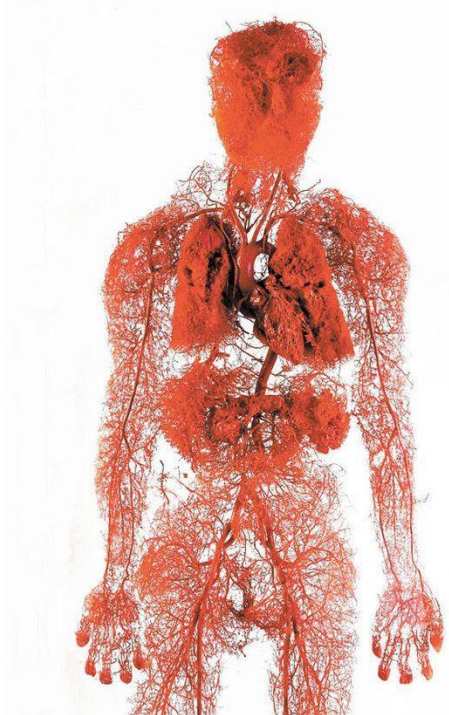
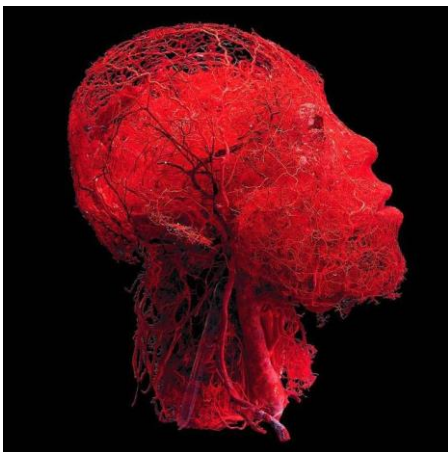
Omdat het de afgifte van zuurstof verbetert – de meest essentiële stof in het leven. Een grote verscheidenheid aan ziekten, waaronder hartaandoeningen, kanker, aandoeningen van de bloedsomloop, worden in verband gebracht met zuurstoftekorten. Het oplossen van dat energietekort leidt tot betere prestaties en verlichting van klachten.

Er is geen limiet aan de potentiële voordelen van EWOT zuurstoftherapie.

Ze zijn allemaal mogelijk vanwege 3 belangrijke factoren:

1. EWOT 's vermogen om de zuurstofcirculatie te verbeteren
2. De bloedstroom te herstellen en
3. De ATP-productie (celenergie) te verhogen.

Tijdens de EWOT ademt u een hoger zuurstofniveau om de hoeveelheid zuurstof in het bloedplasma te verhogen. De impact hiervan is een **afname van ontstekingen en hernieuwde verwijding van haarvaten** welke vernauwd zijn door ondermeer stress, toxines, ziekten, ouderdom. “Een kwartier EWOT heeft circa een 36 uur durend ontstekingsremmend effect in de microcirculatie (Prof. von Ardenne ontdekker EWOT)”



DE VOORDELEN

- Verhoogt de energie
- Verbeterd (Spikes) immuniteit
- Verbeterd cardiovasculaire gezondheid
- Ondersteunt de luchtwegen / longfunctie
- Verbeterd het zicht
- Verbeterd fysieke prestaties
- Verbeterd het geheugen / mentale vermogen
- Versnelt herstel na blessure of ziekte
- Zorgt voor een sneller herstel van de training
- Helpt bij gewichtsverlies
- Bevordert ontgifting