



パワーブリーズ



POWER breathe®

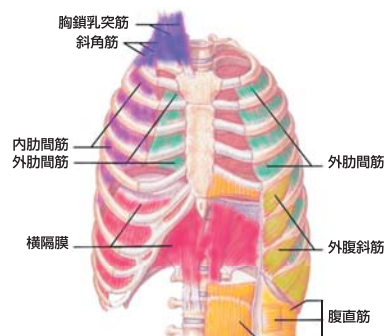
パワーブリーズとは？

腹筋、肺筋、横隔膜を強化する
吸気筋肉トレーナーです。

呼吸に注目しませんか？人間は息が切れれば、大変な疲労を感じ、精神的にも代謝的にも体が思うように動かなくなります。この疲労感誰もが感じるものです。世界クラスの選手が激しい運動を行っているとき、もしくは長年タバコを吸ってきた高齢者がほんの少しの動きで息苦しさを感じる時も同様な疲労を感じます。

運動中は心臓の動きの15%くらいは呼吸の為に使われており、呼吸することでエネルギー(血)を使ってしまえば、手足へ血が流れなくなるので動きが鈍くなります。パワーブリーズで吸気筋を鍛えれば、運動中の息が切れる疲労感が解消し、代謝的な血の巡りも改善され、持久力がアップします。また、本来吸気筋はウォーミングアップしにくいですが、パワーブリーズを使用すれば試合など出場の際、息の上がりが緩和され、パフォーマンスの向上につながります。

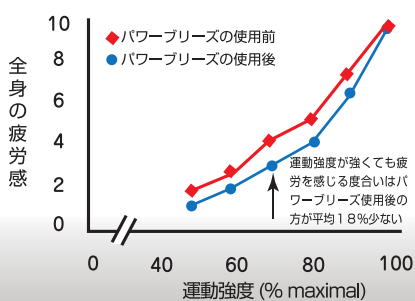
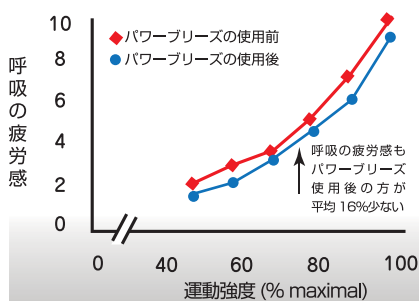
運動を始めたいけれど、すぐ疲れてしまうと悩みの方から、金メダルの取得を目指す選手までパワーブリーズはお勧めです。



呼吸筋、特に横隔膜は呼吸だけではなく、上半身を安定させ、体をねじる役割も果たします。アスリートはパワーブリーズで、吸気筋を45%も強化させています。

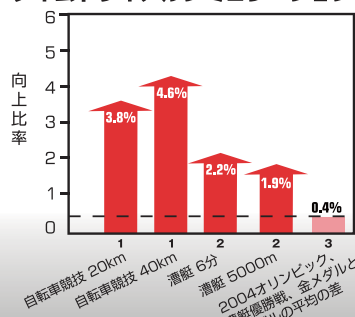
呼吸筋トレーニングにより、疲労感が軽減し、運動能力も向上します。

自転車競技選手のパワーブリーズ使用前後の疲労感の比較



From: Romer et al. J Sport Sciences, 20:547-562, 2002

パワーブリーズでトレーニング後のタイムトライアルシミュレーションの結果



トップアスリートでさえも一日にわずか5分程度のトレーニングでこのような効果が得られます。一般的な方はよりよい効果を期待できます。

1. Romer et al. J Sport Sciences, 20: 547-562, 2002
2. Volantini et al. Med Sci Sports & Exerc, 33: 893-899, 2001
3. Rowing finals - average gold vs. silver, 2004 Olympic Games

Plus パワーブリーズ プラス

希望小売価格 (税込) **12,800 円**

最新人間工学に基づき
プラスになりました!

- くわえやすい抗菌マウスピース
- 肌に優しいノーズクリップ
- 精密で見やすい負荷メモリ
- 丈夫でキズがつきにくい素材
- 気流構造の改善

Classic パワーブリーズ クラシック

希望小売価格 (税込) **9,800 円**

エンドキャップ
マウスピース
バルブ
負荷調整ノブ
外スリーブ

負荷調整バネ
均等過負荷トレーニング方式ですので、他社の不均等な同種の製品とは違います。(特許取得済み)

負荷調整ノブの回転で
抵抗感をコントロール

輸入代理店：
株式会社 エントリージャパン
〒150-0002 東京都渋谷区渋谷2-9-10 青山台ビル902
Tel: 03-3406-6838 Fax: 03-5469-1885
www.entry-japan.com

