

Für eine gute Performance der Sportler, und somit für den Verein, ist **schneller wieder ready – leistungsfähiger – weniger Verletzungen** wichtig!

All dies ist möglich. Neben dem Training gehört dazu auch eine ausreichende Regeneration und bei Verletzungen eine gute Rehabilitation.

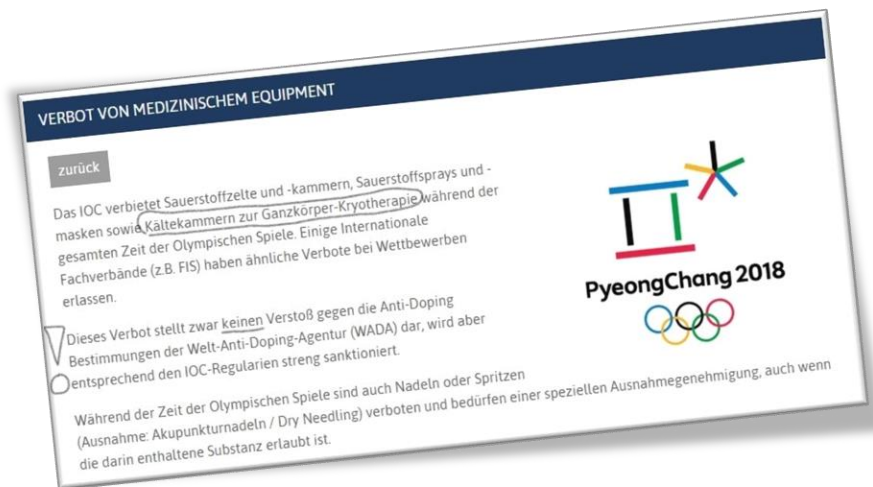
Mit der einzigen Ganzkörper- Kältesauna Vorarlbergs unterstützen wir diese Prozesse bei Sportlern verschiedenster Sportart.



### So wirken eisige Minustemperaturen (bis zu $-110^{\circ}\text{C}$ )

- **vor dem Training:**  
mehr Spritzigkeit und Leichtigkeit (ein natürliches Doping).

*Kleiner Hinweis am Rande:* bei den olympischen Spielen in PyeongChang 2018 wurde die Kältekammer zur Ganzkörper-Kryotherapie während der gesamten Zeit der Olympischen Spiele verboten



- **nach dem Training:**  
bessere Erholung der beanspruchten Muskulatur und Gelenke, tieferer Schlaf und somit eine effektivere Regeneration
- **bei Verletzungen:**  
das Gewebe wird stärker durchblutet, Gelenke mobiler, die Muskelspannung nimmt ab und der Stoffwechsel wird aktiviert. Entzündungen, Schwellungen und Schmerzen werden gemildert. Somit ist eine schnellere Heilung möglich
- **vor Operationen:**  
die Gelenksfunktion wird verbessert, der Muskeltonus verringert, die Durchblutung gefördert und das Immunsystem gestärkt. Somit ist bei Operationen mit einem besseren Verlauf zu rechnen.
- **nach Operationen:**  
Schwellungen und Entzündungen werden verringert und durch den verbesserten Stoffwechsel wird der Heilungsprozess beschleunigt. Gelenke sind schneller wieder mobil und das Gesamte Hormon und Drüsensystem wird aktiviert.

**Wollen Sie, dass Ihre Sportler zur Weltspitze gehören?  
Dass sie gesund und motiviert ihre Leistung bringen?**

Dann lassen Sie uns miteinander reden, Ihnen unsere Möglichkeiten präsentieren.

*Gemeinsam für das Wohl und die Leistungsfähigkeit der Sportler!*