



OSVIEŽUJÚCO STUDENÉ, MAJSTROVSKY VYROBENÉ:
ZOZNÁMTE SA S OTUŽOVACOU VAŇOU VIGOR™
Dokonalý doplnok vašej wellness rutiny od Hot Spring® Spas.

Prečo sa ponoriť?

Zvýšte svoju energiu a vneste vitalitu do každej oblasti svojho života s otužovacou vaňou Vigor™ od Hot Spring® Spas. Zažite ponorenie do studenej vody, ktoré oživí vaše telo, zosťrí vašu pozornosť a zlepší náladu. Nie je to len o tom, cítiť sa dobre - ide aj o zníženie zápalu, urýchlenie regenerácie a optimalizáciu vášho výkonu. Ak sa ponorenie do studenej vody stane súčasťou vašej wellness rutiny, nabudí vás energiou, posilní váš imunitný systém a vybuduje odolnosť. Využite život meniace výhody terapie studenou vodou a vykročte do oživeného, silnejšieho ja pripraveného čeliť akýmkoľvek výzvam.

Veda o expozícii chladu



ZVÝŠENÁ NÁLADA, KONCENTRÁCIA A MENTÁLNA JASNOŠŤ

Expozícia chladu stimuluje uvoľňovanie norepinefrínu a dopamínu, ktoré zlepšujú náladu, motiváciu a mentálnu jasnosť.



ZVÝŠENÁ ODOLNOSŤ PROTI STRESU

Prekonávanie „mentálnych prekážok“ pravidelnou expozíciou chladu trénuje nervový systém, aby zvládol stres pokojne, čím sa postupne znižuje úroveň úzkosti.



ZVÝŠENÝ METABOLIZMUS

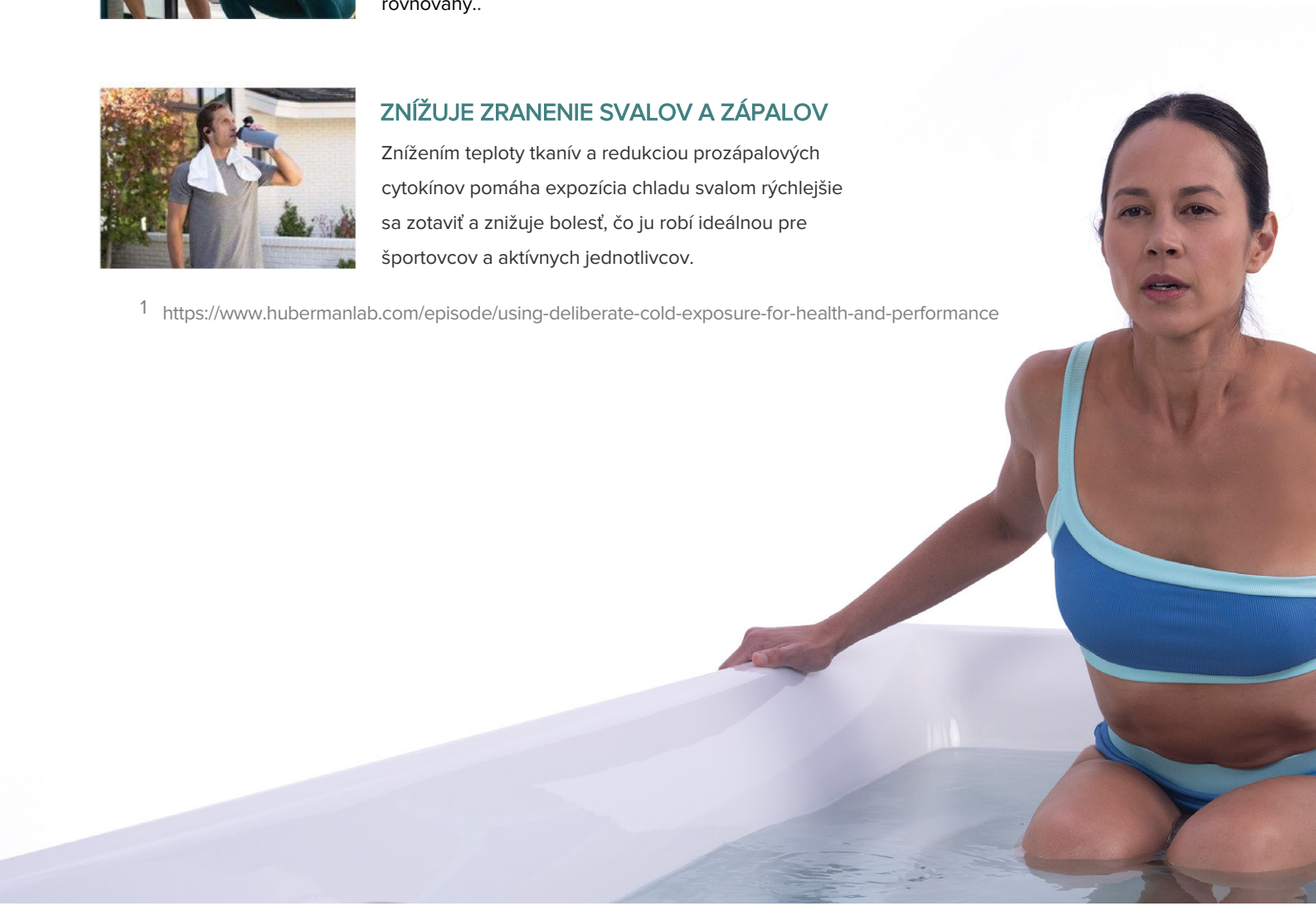
Aktivácia hnedého tuku počas ponorenia do chladu môže zvýšiť metabolizmus, pomáhať pri spaľovaní kalórií a udržiavaní energetickej rovnováhy..



ZNÍŽUJE ZRANENIE SVALOV A ZÁPALOV

Znížením teploty tkanív a redukciou prozápalových cytokínov pomáha expozícia chladu svalom rýchlejšie sa zotaviť a znižuje bolesť, čo ju robí ideálnou pre športovcov a aktívnych jednotlivcov.

¹ <https://www.hubermanlab.com/episode/using-deliberate-cold-exposure-for-health-and-performance>



Remeselná zručnosť sa stretáva s inováciou

Vytvorený s rovnakou kvalitou, odolnosťou a inováciami, ktoré robia Hotspring® najpredávanejšou značkou víriviek na svete, Vigor predefinuje zážitok z ponárania sa do chladnej vody. S ultra-tichým čerpadlom a ergonomickým dizajnom vytvára ideálne prostredie pre sústredenú regeneráciu. Pokročilé chladenie a filtračné systémy zabezpečujú vždy dokonale vychladenú, krištáľovo čistú vodu, zatiaľ čo vylepšená izolácia udržiava stabilné teploty a šetrí energiu. Vigor je konečným doplnkom vašej wellness rutiny, prinášajúcim pohodlie, spoľahlivosť a bezkonkurenčný výkon.



ŠPECIFIKÁCIE

Rozmery	224 x 107 x 74 cm
Sedenie	
Najnižšia teplota	5°C
Suchá hmotnosť	165 kg
Kapacita vody	425 litrov

OBKLAD



Ash

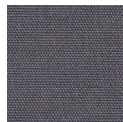


Mocha

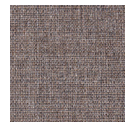


Alpine White

KRYTY



Grey



Storm

VNÚTRO



Horúca a studená terapia v dokonalom súlade

Zažite silu kontrastnej terapie s víťaznou kombináciou vírivky Hotspring® a chladiacej kade Vigor™.

Táto osviežujúca wellness prax, ktorú si obľúbili fitness nadšenci a elitní športovci, strieda teplú vodnú hydroterapiu s osviežujúcim chladom a prináša širokú škálu zdravotných výhod, od posilnenia imunitného systému a znižovania zápalu až po zlepšenie spánku a budovanie odolnosti voči stresu.

Odomknite úplné wellness s rutinou navrhnutou na urýchlenie regenerácie, posilnenie vytrvalosti a zlepšenie celkovej pohody..

Budovanie vašej otužovacej rutiny

Nastavenie otužovacej rutiny prispôsobenej vašim cieľom je jednoduché:

ZAČNITE BEZPEČNE A POSTUPNE:

Začnite s teplotami vody medzi 7 - 15,5°C po dobu 1-2 minút, postupne predlžujte čas ponoru a znižujte teplotu, ako sa zvyšuje vaša tolerancia.

FREKVENCIA:

Cieľom by malo byť 2-4 sedenia týždenne, s celkovým časom 11 minút za týždeň. Tento prístup je v súlade s výskumom, ktorý zdôrazňuje optimálne výhody pravidelnej expozície.

MENTALITA:

Prijmite počiatočné nepohodlie ako príležitosť na cvičenie pokoja a odolnosti.

Kontrolované dýchacie techniky, ako pomalé rytmické dýchanie, vám môžu pomôcť zvládnuť chlad a predĺžiť čas ponoru s väčším komfortom.

Pripravený na otužovanie ?

Navštívte našu webovú stránku alebo kontaktujte svojho miestneho zástupcu Hot Spring Spas a zistíte, ako môžete zvýšiť svoju energiu s chladiacou kaďou od Hotspring®.

