

FOREBYGGELSE OG SUNDHEDSFREMME - til fastholdelse og motivation af dine livsstilændringer



Mange går død i deres træning grundet manglende motivation. De fleste har prøvet at starte i fitness center eller på egen hånd for at forbedre sin kondition eller sit helbred, men går desværre død i det grundet manglende synlige resultater.

Den største motivation for at fastholde sin træning er synlig og fysisk forbedring, og det er ikke altid til at få øje på.

Heart Management tilbyder et værktøj der måler og analyserer den enkeltes hjerte rytme frekvens, som har direkte sammenhæng med det autonome-nervesystem og den enkeltes helbred og fitness niveau.

Her kan du få præcise målinger:

Med løsningen fra Heart Management får du adgang til et nemt og intuitivt måle værktøj, som giver indsigt i din krops helbreds- og fitness tilstand :

- Din biologiske alder
- Balancen i det autonome nervesystem
- Din konditions niveau

Med adgang til sundhedsprofilen, vil du kunne følge med i udviklingen af dit helbred, om det går ned af bakke, er status quo eller bliver forbedret.

Sundheds forebyggelse

Med Heart Management's sundheds løsning for du ligeledes adgang til et trænings modul, der træner din vejrtrækning, så du vil opleve

- et bedre humør
- bedre koncentration og fokusering
- ny energi
- lavere blodtryk
- styrkelse af immunforsvar
- reducere af stress

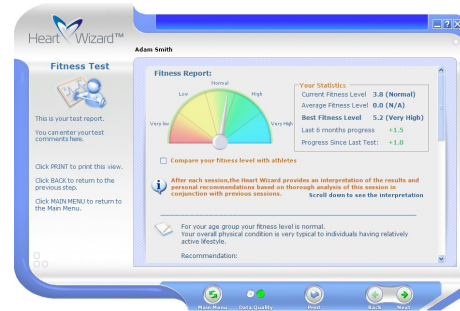
Sådan udføres målingerne

Målingerne foretages med en sensor, der sættes i computeren via et USB stik. Sensoren påføres øreflippen eller fingeren og det gør ikke ondt:

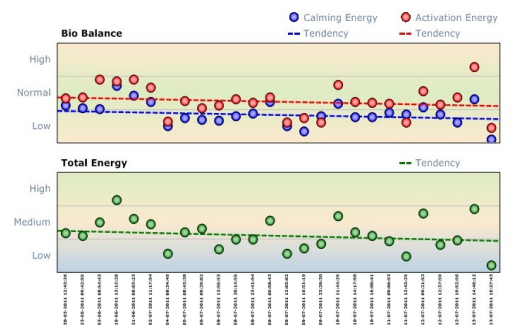
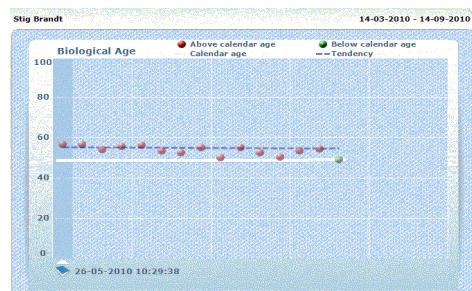


Rapportering og tilbagemelding:

Efter hver måling vil du få en rapport der kort forklarer resultatet, samt evt. kommer med anbefalinger til at ændre livsstil eller anbefaler at du går til lægen for yderligere opfølgning.



Alle resultaterne bliver gemt, så du løbende kan følge med i om din sundheds udvikling går i den ene eller anden retning i forhold til de livsstils ændringer, du har foretaget.



Alle målinger er videnskabeligt testet og Heart Management har indhentet bekræftelse fra danske forskere og lægevidenskaben. Og teknologien anvendes i forskerkredse og professionelle sundheds programmer.

For yderligere informationer eller en uforpligtende demonstration og afprøvning af systemet kontakt:

Heart Management
mail: info@Heart-management.dk
<http://www.heart-management.dk>
tlf. +45 2812 2720

FOREBYGGELSE OG SUNDHEDSFREMME
- til fastholdelse og motivation af dine livsstilændringer

