



PROPEAQ LICHTTHERAPIE

PEAK PERFORMANCE IM RICHTIGEN AUGENBLICK



BIOLOGISCHE UHR UND TOP-LEISTUNGSZEITEN SYNCHRONISIEREN

NUR TOPLEISTUNG IM RICHTIGEN AUGENBLICK VERSCHAFFT ERFOLGE

Leistungssportler wissen, dass Medaillen nur gewonnen werden können, wenn die Topleistung im richtigen Moment abgerufen werden kann.

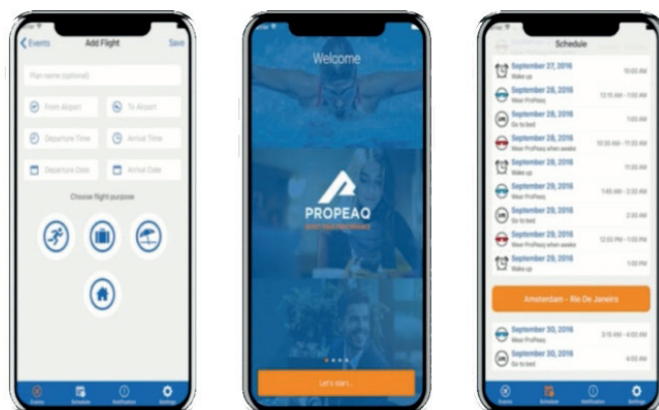
Wettkampf- und Trainingszeiten sind immer weit im voraus bekannt um den Sportlern zu erlauben, die eigenen Trainingspläne anzupassen. Jedoch stimmen die Einsatzzeiten durch andere Zeitzonen, sehr frühe oder spät angesetzte Wettkampfzeiten nicht immer mit der eigenen biologischen Uhr überein. Unser Biorhythmus bestimmt, zu welchen Tageszeiten unser Körper am leistungsfähigsten ist. Die Aufmerksamkeit ist morgens am höchsten, die Muskelkraft am späten Nachmittag in Top-Form.

Hier kann das blaue Licht Abhilfe schaffen. Die Synchronisation von Topleistung mit der eigenen biologischen Uhr ist nicht nur in der Wissenschaft belegt. Mehrere olympische Athleten haben gezeigt, dass die richtige Lichtdosis im richtigen Moment zur Goldmedaille führen kann. Das einzige Extra in ihrem Gepäck war die Propeaq Lichtbrille.

TOPLEISTUNG PLANEN

TV-Übertragungsrechte oder klimatische Gegebenheiten am Austragungsort sorgen immer häufiger dafür, dass Werttkämpfe früh morgens oder spät abends ausgetragen werden. Dem Körper aber fällt es schwer, ausserhalb seines gewohnten Zeitrhythmus' Spitzenleistung zu erbringen.

Die Propeaq Lichtbrille in Kombination mit der kostenlosen App erlaubt eine punktgenaue Planung der eigenen Topleistung. Somit können sich Trainer und Athleten mit Struktur vorbereiten und ihre biologische Uhr auf den Austragungs- oder Trainingstermin planen.



ENERGIE IST DIE BESTE MOTIVATION

Sportler kennen die Bedeutung von Trainingsdisziplin und wissen, dass Struktur und Engagement wichtige Voraussetzungen sind, um ihre Talente in Erfolg zu verwandeln.

Und doch, Tagesmüdigkeit ist ein Problem, das häufig zu beobachten ist. Zu wenig Schlaf und/oder eine schlechte Schlafqualität sorgen für spürbaren Leistungsabfall tagsüber. Mit der Konsequenz: schlechtere Konzentration, Aufmerksamkeitsmangel, weniger Stressresistenz und Leistungsmangel im Allgemeinen. Die Integration von bestimmten Lichtplänen in den Trainingsplan, kann Athleten helfen, die Leistung zu verbessern. Allerdings wird diese Therapie oft noch mit aufwendigen Tageslampen umgesetzt.

Hier kann das blaue Licht der kleinen, handlichen Propeaq Lichtbrille punktuell Abhilfe schaffen: einfach die Propeaq Lichtbrille aufsetzen, das blaue Licht für 15 bis 20 Minuten aktivieren und schon motiviert die geladene Energie zu neuer Höchstleistung.

Warum ein Athlet nicht auf guten Schlaf verzichten kann?

Der Körper ist im Schlaf keineswegs inaktiv. Während diesen erholenden Stunden finden vielfältige Reparaturprozesse statt. Der Schlaf dient nicht nur der psychischen und physischen Regeneration. Während dem Schlaf kümmert sich der Körper um folgende Prozesse:

- ✓ Muskelaufbau
- ✓ motorisches Lernen
- ✓ Speicherung des Erlernten im Langzeitgedächtnis
- ✓ Verbesserung der Reaktion und Konzentration
- ✓ Stärkung des Immunsystems

Ein schlechter Schlaf behindert diese wichtigen Prozesse nachhaltig.

SO WIRD DER BIORHYTHMUS GETRIMMT

Blaues Licht

Das spezielle Blaulicht von Propeaq hemmt sanft und effektiv die Melatoninproduktion, welche unseren Organismus schläfrig macht. Es agiert als Signalgeber an unseren Körper und kündigt den Start in den Tag an. Man könnte fast sagen es agiert als zweiter Sonnenaufgang.



Oranges Licht

Die austauschbaren, ebenfalls mitgelieferten orangen Brillengläser andererseits filtern das blaue Licht und bereiten den Körper auf den Schlaf vor.



PROPEAQ UND DER SPITZENSORT

Die geballte Energie aus der Propeaq Lichtbrille ist im Sport in diversen Bereichen erfolgversprechend:

- 1. Trainings- & Wettkampfplanung**
Maximale Leistung zum richtigen Zeitpunkt.
- 2. Jetlag vermeiden**
Umstellung auf die neue Zeitzone planen.
- 3. Leistungsspitze zur Wettkampfzeit**
Peak Performance-Planung bei ungewohnten Ausstragungszeiten und Klimabedingungen

Die Propeaq Lichtbrille unterstützt Sportler bei der Planung der täglichen Höchstleistung mit einer gesunden, dopingfreien und äusserst natürlichen, umweltschonenden Lichttherapie.

Klein und kompakt verpackt, ist sie überall und immer mit dabei.



Jetzt kaufen unter:
www.mtr-ag.ch | Art. 61600 | CHF 199.00