



ARCTIC TUB





Was Kältetherapie so gesund macht!

Kälte ist ein wichtiger Rhythmusgeber für Tag und Nacht. Nicht nur Licht-, sondern auch Temperaturreize werden unmittelbar an den Hypothalamus, das Zentrum unseres Gehirns, übermittelt. Dort werden Organe, Stoffwechsel, Wasserhaushalt und Blutdruck gesteuert.

Positive Effekte

- » Stärkung des Immunsystems: Eisbaden kann dazu beitragen, das Immunsystem zu stärken, indem es die Produktion von Immunzellen im Körper erhöht und so Infektionen bekämpft.
- » Verbesserung der Stimmung: Eisbaden kann dazu beitragen, die Freisetzung von Endorphinen im Körper zu erhöhen, was zu einem besseren Gemütszustand und einem gesteigerten Wohlbefinden führen kann.

Sport für jeden Muskel

Die Sitzungen sollten zu Beginn noch kürzer gehalten werden und können langsam gesteigert werden. Bewegung im kalten Nass ist beim Kältebaden nicht ratsam, für das Herz-Kreislaufsystem wäre das schlicht zu viel der Anstrengung. Im Wasser liegen oder stehen reicht also völlig. Denn auch ohne bewusste Bewegung beginnen die Muskeln irgendwann zu zittern, der Körper versucht nun Wärme zu erzeugen. Er verbrennt Glykogen, ähnlich wie beim Sport: Kälte ist wie Sport für jeden Muskel, auch für den Herzmuskel, nur ohne Ausschüttung von freien Radikalen. So unterstützt Kälte dabei, Muskelmasse aufzubauen und Körperfett zu verlieren.



Abnehmen durch Kälte

Die Kälte wandelt „böses“, weißes Speicherfett in „gutes“ braunes Fett um. Dieses braune Fettgewebe verbrennt Kalorien durch Wärmeproduktion – angeheizt durch Kälte. So kann durch regelmäßiges Kältebaden der Körperfettanteil verringert werden.



Straffere Haut

Die Haut wird straffer und glatter und sogar die von Frauen verhassten Bindegewebssdellen an Hintern und Beinen (Cellulitis) verringern sich oder verschwinden überhaupt gänzlich.

Eisbaden nach dem Sport hilft dir bei der Regeneration

Im Spitzensport wird das Bad in der Eistonne schon lange als Mittel zur Erholung eingesetzt. Bei starken Belastungen durch das Training sammeln sich in der Muskulatur Abfallprodukte des Energiestoffwechsels, und es kann zu feinen Gewebeverletzungen kommen. Sobald du ins kalte Wasser steigst, ziehen sich deine Gefäße zusammen. Dein Körper steuert mit Wärme gegen und wenn du das Eisbad verlässt, zirkuliert dein Blut und transportiert die Abfallprodukte ab. Auch Entzündungsreaktionen durch die Mikroverletzungen treten nach einem Eisbad seltener auf. Die gute Durchblutung erkennst du an der rosa Färbung deiner Haut und dem typischen Prickeln.



Gegen Entzündungen

Die Kälte zählt zu den hervorragendsten und nebenwirkungsärmsten Therapien, um Entzündungen zu reduzieren. Kältetherapie kann bei chronisch entzündlichen Gelenks- und Wirbelsäulenerkrankungen Abhilfe schaffen. Sie optimiert aber auch die Hormonproduktion, aktiviert das Immunsystem, verbessert den Schlaf und trainiert das vegetative Nervensystem.





Effekte des Kältebades auf die Regeneration

Eisbaden kann insbesondere nach dem Sport oder körperlicher Anstrengung eine positive Wirkung auf die Regeneration haben.

Reduzierte Muskelentzündungen

Intensive körperliche Anstrengung kann zu Muskelentzündungen führen, die Schmerzen und Schwellungen verursachen. Eisbaden kann dazu beitragen, die Entzündungen zu reduzieren und somit die Regeneration zu fördern.

Verzögerte Muskelermüdung

Kälte kann dazu beitragen, die Muskelerholung zu beschleunigen und die Wiederherstellung der Muskelkraft zu fördern, indem sie den Abbau von Muskelproteinen reduziert.

Verbesserte Blutzirkulation

Eisbaden kann dazu beitragen, die Blutzirkulation zu verbessern, indem es die Adern und Kapillaren zusammenzieht. Dadurch kann die Versorgung der Muskeln mit Nährstoffen und Sauerstoff verbessert werden, was zur Regeneration beiträgt.

Verringerung von Muskelkater

Kaltwasserimmersion hilft dabei, Muskelkater und Schmerzen zu reduzieren, indem es den Blutfluss und die Durchblutung in den Muskeln verringert.

Verbessertes Immunsystem

Kälte kann die Produktion von Immunzellen erhöhen, was zur Stärkung des Immunsystems beitragen kann. Das wiederum kann dazu führen, Infektionen oder Erkrankungen zu bekämpfen und die Regeneration zu beschleunigen.

Es ist wichtig zu beachten, dass Eisbaden eine sehr intensive Form der Kältetherapie ist und nicht für alle Menschen gleichermaßen geeignet. Wenn du dich entscheidest Eisbaden auszuprobieren, solltest du vorher einen Arzt konsultieren, um sicherzustellen, dass es keine gesundheitlichen Bedenken gibt.

Arctic Cool

Das Arctic Cool Kältegerät kann das Wasser bis auf +3 Grad Celsius herunterkühlen. Mit einer Kühlleistung von 1.800 Watt schafft es der Arctic Cool das Wasser um ca. 3 Grad Celsius pro Stunde zu kühlen. Die Verbindungsschläuche werden einfach jeweils an das Becken und an das Gerät angeschlossen.

App-Steuerung

Unsere Kältegeräte sind per App bequem von überall steuerbar. Dadurch ist es möglich, den Kältepool bereits von unterwegs auf die gewünschte Temperatur einzustellen. Auch Routinen lassen sich einfach definieren. So können beispielsweise bestimmte Tage und eine gewünschte Uhrzeit voreingestellt werden.

UV-Licht Wasserreinigung

All unsere Kältegeräte sind mit einem UV-Licht ausgestattet, welches zur Desinfektion des Wassers beiträgt.







Arctic Cool Plus

Arctic Cool



Anschluss

Das Arctic Cool Kühlgerät wird mittels Gardena Wasserstop Premium Anschlüssen einfach mit dem aufblasbaren Polar Fox Tub verbunden.



Vorfilter

Das Gerät ist mit einem kleinem abnehmbaren Vorfilter aus Metall ausgestattet, welcher dafür sorgt, dass keine Haare und andere Verunreinigungen in die Pumpe gelangen. Außerdem kann optional ein passender Lamellen-Filter mit Gehäuse vor das Gerät geschraubt werden.



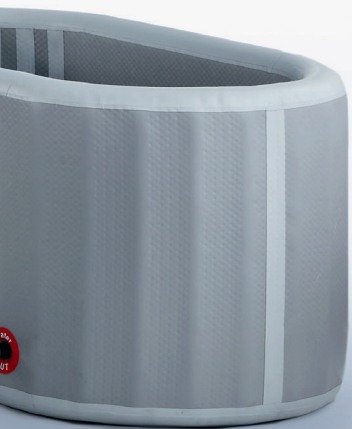
Arctic Cool

- » Maße (B/H/T)
59 cm/40 cm/31 cm
- » Gewicht
31 kg
- » Anschluss
230 V
- » Kühlleistung
1.800 Watt
- » Kühlleistung pro Stunde
ca. 3 Grad Celsius
- » Maximale Stromaufnahme
730 Watt



aRCT/CTUB





Arctic Cool Plus

Das Arctic Cool Plus Kältegerät kann das Wasser bis auf +3 Grad Celsius herunterkühlen. Dank einer Kühlleistung von 5.750 Watt schafft der Arctic Cool Plus das Wasser um ca. 5 Grad pro Stunde zu kühlen. Darüber hinaus kann der Arctic Cool Plus das Wasser auf bis zu 38 Grad Celsius erhitzen. Aufgrund seiner enormen Power kann der Arctic Cool Plus bis zu drei Kältebecken gleichzeitig versorgen. Ein enormer Vorteil, vor allem für Mannschaften und Vereine.

App-Steuerung

Unsere Kältegeräte sind per App bequem von überall steuerbar. Dadurch ist es möglich, den Kältepool bereits von unterwegs auf die gewünschte Temperatur einzustellen. Auch Routinen lassen sich einfach definieren. So können beispielsweise bestimmte Tage und eine gewünschten Uhrzeit voreingestellt werden.

UV-Licht Wasserreinigung

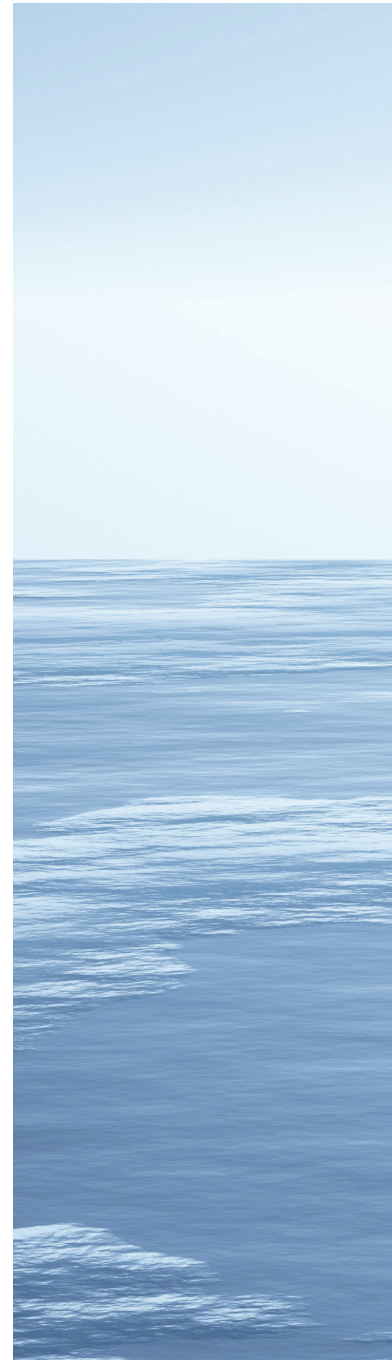
All unsere Kältegeräte sind mit einem UV-Licht ausgestattet, welches zur Desinfektion des Wassers beiträgt.

Arctic Cool Plus

- » Maße (B/H/T) 72 cm/40 cm/50 cm
- » Gewicht 54 kg
- » Anschluss 230 V
- » Kühlleistung 5.750 Watt
- » Kühlleistung po Stunde ca. 5 Grad Celsius
- » Maximale Stromaufnahme 1.850 Watt

Enorme Power

Der Arctic Cool Plus kann mit bis zu drei Becken gleichzeitig verbunden werden.





Arctic Cool Plus



Arctic Cool







Polar Fox Tub (inflatable Tub)

Das Becken ist einfach und schnell mit der mitgelieferten Pumpe aufblasbar und kann zusammengefaltet im Rucksack verstaut werden um noch mobiler zu sein. Es besitzt zwei Anschlüsse für die Verbindungsschläuche, damit das Wasser zirkulieren kann. Durch das selbstschließende Hochdruckventil ist das Aufpumpen einfach und unkompliziert.



Bild oben links Mitgelieferte Abdeckung **Bild oben rechts** Polar Fox Tub mit Zubehör (Schläuche sind im Lieferumfang der Kühlgeräte enthalten)
Bild unten Leicht zu transportieren dank mitgeliefertem Rucksack

Polar Fox Tub

- » Maße (B/H/T)
ca. 70 cm/60 cm / 120 cm
- » Gewicht
11 kg
- » Material
PVC
- » Lieferumfang
Pumpe und Rucksack



Arctic Cool Plus

Arctic Cool





Polar Bear Tub

Unser festes Kältebecken ist die ideale Wahl für alle, die ein erfrischendes Eisbad genießen möchten. Das Polar Bear Tub besteht aus robustem, langlebigem Fiberglas und hält das Wasser dank 5 cm dicker Thermoisolierung und einem Deckel lange auf der gewünschten Temperatur. Dies trägt zu einer guten Energieeffizienz. Trotz der Kompaktheit des Polar Bear Tubs, bietet er auch für große Menschen genug Platz. Im Inneren des Beckens befindet sich eine ca. 20 cm hohe Sitzmöglichkeit. Ein abnehmbarer Tritt an der Außenseite des Kältebeckens sorgt für einen bequemen Einstieg ins Becken.



Arctic Cool Plus



Polar Bear Tub

- » Maße (B/H/T) 76 cm/96 cm/122 cm
- » Maße mit Tritt 76 cm/96 cm/158 cm
- » Maße Tritt 45 cm/47 cm/36 cm
- » Gewicht Becken 60 kg
- » Gewicht Treppe 5 kg
- » Gewicht Deckel 10 kg
- » Material Fiberglas





MTR

EQUIPMENTS

Offizieller Vertrieb in der Schweiz:

MTR Equipments
Fällmisstrasse 64 | 8832 Wilen bei Wollerau

044 787 70 80
info@mtr-ag.ch | www.mtr-ag.ch



ARCTIC TUB