



ReOxy[®]

Интервальные
гипоксические
тренировки
с индивидуальным
дозированием
нагрузки



ReOxy® – это

Инновационная многофункциональная система для проведения:

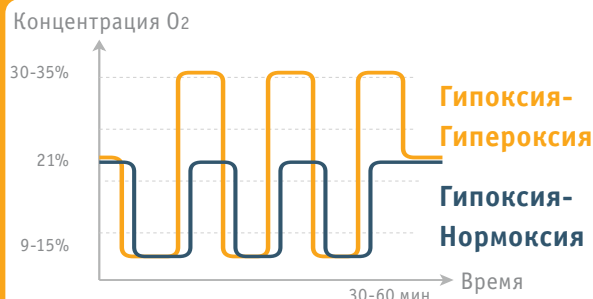
- Интервальной Гипоксической Тренировки в режиме Гипоксия-Гипероксия (ИГГТ) с автоматическим индивидуальным дозированием нагрузки
- Предтренировочного тестирования (гипоксический тест)

Уникальная запатентованная в 2004 году ИННТ® технология (ИГГТ) моделирует условия высотных тренировок (до 6 500 метров) в интервальном режиме в условиях любой тренировочной базы, фитнес-клуба или реабилитационного центра.

SRT® технология – технология индивидуального дозирования воздействующего фактора, основанная на индивидуальной физиологической реакции организма на нагрузку. Встроенный программный модуль автоматически рассчитывает параметры нагрузки и поддерживает их на протяжении всей ReOxy® тренировки.



Оригинальная запатентованная формула ИННТ®



- увеличенная амплитуда воздействующего тренирующего фактора без углубления гипоксии
- сокращение времени восстановления

Метод ИГГТ основан на применении дозированной умеренной гипоксии (10-15% кислорода), которая запускает в организме процессы жизнеобеспечения, направленные на улучшение доставки и утилизации кислорода и повышение устойчивости организма к физической нагрузке и стрессу.

Переключение между гипоксической и гипероксической газовой смесью происходит в автоматизированном режиме с применением встроенного высокотехнологичного диагностического модуля.

Впервые технология была апробирована на кафедре спортивной кардиологии РГУФК при поддержке кафедры фундаментальной медицины МГУ и кафедры физиологии ММА им. Сеченова.

Как работает интервальная гипоксия?

При тяжелых физических и стрессовых нагрузках адаптационные способности организма резко снижаются, что приводит к уменьшению его функциональных возможностей и развитию патологических изменений.

Гипоксия – уникальный фактор адаптации. Повторяющееся воздействие кратковременного контролируемого не повреждающего гипоксического стимула приводит к активизации всех адаптационных механизмов и восстановлению организма за счет собственных внутренних ресурсов.



Улучшение спортивных результатов

- Повышение резервных возможностей спортсменов (адаптационного потенциала)
- Повышение выносливости и физической работоспособности за счет улучшения процессов доставки и утилизации кислорода, а также оптимизации процессов энергообеспечения
- Потенцирование эффекта физических нагрузок
- Повышение устойчивости к разным видам стресса, в том числе к эмоциональным нагрузкам и соревновательному стрессу
- Адаптация к выездным тренировкам в среднегорье (сокращение времени акклиматизации)

ReOxy[®] Test

- До начала основного курса тренировок
- Через каждые 3-4 тренировки



SRT

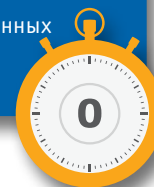
ReOxy[®] Training

- Курс 10-15 тренировок
- Ежедневно / через день



ReOxy[®] Report

- Анализ / интерпретация результатов
- Построение PDF отчетов
- Хранение данных

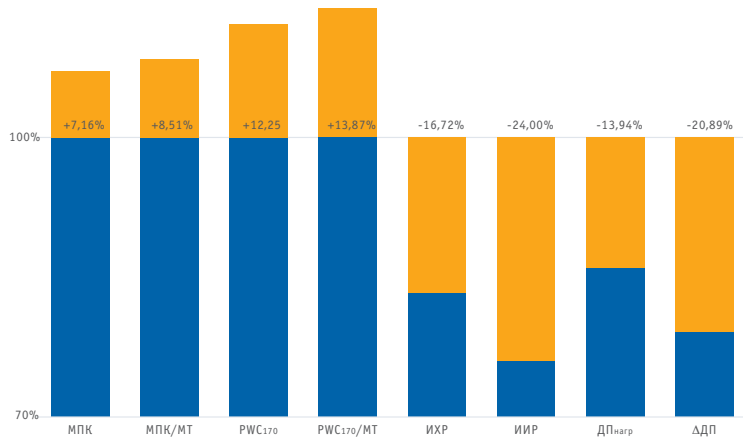


Спортивная медицина и реабилитация

- Реабилитация спортсменов с синдромом перетренированности
- «Поддержание» функциональных резервов организма спортсмена (пассивная тренировка) в периоды вынужденного снижения физических нагрузок (травмы, заболевания)
- Защита сердца от перегрузок
- Нормализация сна, профилактика десинхроноза
- Увеличение профессионального долголетия (профилактика заболеваний, сопряженных со стрессом: гипертонической болезни, стенокардии, инфаркта миокарда, инсульта)



Новый подход к применению интервальных гипоксических тренировок в спорте



У спортсменов со сниженными функциональными возможностями после прохождения курса из 14 тренировок ИГТТ на фоне регулярных физических тренировок (через 1,5-2 часа после тренировки) было выявлено существенное повышение значений PWC, МПК и их относительных величин, а также значимое снижение степени прироста двойного произведения (ДП, ΔДП), ИХР и ИИР (индексы хронотропного и инотропного резерва), что свидетельствует о повышении функциональных резервов миокарда и экономизации работы кровообращения при выполнении нагрузки той же мощности.

Глазачев О.С. Спортивная медицина №1, 2011

Мониторинг состояния организма

Оперативный медицинский контроль



Встроенная многоуровневая система безопасности

Полностью автоматизированная процедура