

PERFORMANCE

IDIAG P100®



Der erste All-in-One Atemmuskeltrainer
Verbesserte Leistungsfähigkeit und
Lebensqualität mit einem Training, das
überall durchgeführt werden kann?

Der Idiag P100 ist der weltweit erste
All-in-One Atemmuskeltrainer, welcher
ein individualisiertes Atemmuskeltrain-
ing für Kraft, Ausdauer und Inter-
vall bietet. Das Training mit dem Idiag
P100 kann bei Themen wie Abnehmen,
Schnarchen, Atemnot und Rückenbe-
schwerden helfen und positiv zum all-
gemeinen Wohlbefinden beitragen.



Swiss Premium
Quality

Die wichtigsten Facts im Überblick:

- Deutliche Steigerung der Ausdauer und Leistungsfähigkeit
- Verschiedene Trainingsarten: Freies Training, Kraft, Ausdauer und Intervall
- Einfaches, automatisiertes Atemmuskeltraining
- Atemtiefe, Atemvolumen, Atemwiderstand und Kraftschwellenwert einzeln variierbar
- Einzigartige Fluss-, Druck- und CO₂-Sensoren
- Leistungstest zur Messung von Ist-Zustand und Trainingsfortschritten
- Ergonomisches Design und hohe Benutzerfreundlichkeit
- Trainingsanleitung auf dem Gerät oder optional mittels App

PERFORMANCE

IDIAG P100®

Anwendung des Idiag P100

Der Idiag P100 ist ein ergonomisches und in der Hand gehaltenes Atemmuskeltrainingsgerät. Es wurde in Kooperation mit der Eidgenössischen Technischen Hochschule Zürich (ETH), der Berner Fachhochschule (BFH) und der Universität Zürich (UZH) entwickelt. Die konsequente Anwendung des Idiag P100 verspricht eine grosse Verbesserung der Atemmuskulatur sowie der gesamten körperlichen Leistungsfähigkeit.

Der Idiag P100 gibt dem Anwender Atemrückmeldung, wodurch er kontrollierte Trainingseinheiten durchführen kann. Das Gerät misst Luftströmung, Druck und endexpiratorische CO₂ Konzentration. Somit können Ventilation und CO₂ Konzentration reguliert werden, was das Auftreten von Hyper- und Hypoventilation bzw. Schwindel verhindert.

Das Gerät kann autonom über die Menüsteuerung auf einem Touchscreen bedient werden und gibt Feedback zur Trainingsanleitung. Die Trainings können zusätzlich in der App auf einem mobilen Gerät verwaltet, geplant und ausgewertet werden.



Individualisiertes Atemmuskeltraining - Kraft, Ausdauer und Intervall in einem Gerät

Aufgrund einfacher Atemmuskel Eingangstests, wird das Trainingsprotokoll automatisch auf den Idiag P100 Anwender personalisiert.

Der Idiag P100 bietet dem Anwender verschiedene überwachte Trainingsmodule wie Ausdauer-, Kraft- oder Intervalltraining der Atemmuskulatur.

Hohl das Beste aus dir raus. Mehr Luft. Mehr Leben.

Atmen ist so selbstverständlich, dass wir meistens gar nicht darüber nachdenken. Doch wer einmal Probleme hat, weiss wie fest das Leben sich verändern kann. Egal ob Atemnot, Übergewicht, Rückenschmerzen oder Schlafprobleme – mit dem Idiag P100 stärken Sie Ihre Atemmuskulatur und steigern gleichzeitig Ihre Lebensqualität massiv.

Wo ist der Idiag P100 erhältlich?

Der Idiag P100 kann direkt über den Idiag Webshop bezogen werden:
mehrluft.idiagp100.ch

An wen kann man sich bei Fragen wenden?

Für Fragen zum Idiag P100 und seiner Anwendung kontaktieren Sie das Idiag Team
Schweiz

info@idiag.ch oder +41 (0)44 908 58 58

Deutschland

info@idiag.de oder +49 (0)89 2000 297 20