



sede op. via: Via S. Pellico, 15 TREBASELEGHE/PO.
tel. 049/9387342

Uso dell'apparecchiatura "OXY BAR"

Osservazioni:

- - - Ho avuto modo di apprezzare la facilità d'uso, la versatilità del gruppo "Oxy bar" e alcuni effetti positivi sia su atleti allenati (Body builder) scelti tra oltre 300 iscritti che su me stesso.

In preparazione della seduta di allenamento abbiamo utilizzato "Oxy bar" per 20 minuti in condizione di rilassamento.

- L'effetto sui b.b. ha determinato un miglioramento del 30% nel tempo di recupero tra serie di esercizi (*pesanti*).
- In termini di prestazione assoluta, anche secondo quanto riconoscono gli stessi atleti, il miglioramento è valutabile nell'ordine del 15-20%;
- Personalmente (*soggetto di 40 aa. allenato*) ho riscontrato un aumento della prestazione (circa 30%) nell'allenamento aerobico. Più specificatamente, utilizzando 10 minuti un tapis roulant alla velocità di 10 Km/h, modestissimo aumento della frequenza cardiaca.
- I soggetti non allenati non hanno potuto esprimere apprezzamenti negativi o positivi perchè non hanno un indice di riferimento. E' tuttavia verosimile che analogo trattamento (*anche iniziale*) possa accelerare positivamente in modo sensibile l'evoluzione atletica dei medesimi.

Per concludere, riteniamo di poter affermare che l'ossigenazione sia consigliabile a tutte le età, tanto in allenamento quanto in condizione di relax.

Il titolare

BODY EVOLUTION GYM s.n.c.

di Mabilia Daniele & C.

Via Silvio Pellico, 15

35010 TREBASELEGHE (PD)

Part. IVA 03409590282

10 aprile 1999