

# DIE EFFEKTE

**Nutzen Sie die positiven Effekte des Höhentrainings auch für Ihr Wohlbefinden!**

- Steigern Sie Ihre mitochondriale Leistungsfähigkeit!
- Stärken Sie Ihr Immunsystem!
- Optimieren Sie Ihre Stressresistenz!
- Bringen Sie Ihr vegetatives Nervensystem ins Gleichgewicht!
- Verbessern Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit!
- Erhöhen Sie den Schutz vor oxidativem Stress!
- Bringen Sie Ihren Fettstoffwechsel in Schwung und tragen somit zu einer schnelleren Gewichtsreduktion bei!
- Unterstützen Sie Ihr Herz-Kreislauf-System!
- Verkürzen Sie Ihre Regenerationszeiten!

## MITOVIT® TRAINING

- ▶ Höhentaining wie im Leistungssport...
- ▶ jedoch ganz entspannt im Liegen...
- ▶ auf einer Höhe von 2.000 m bis 6.700 m...
- ▶ mit 10 bis 15 Behandlungen à 40 Minuten...
- ▶ zu mehr Vitalität, Energie und Wohlbefinden!

# FIT FOR LIFE!

[www.mitovit.de](http://www.mitovit.de)

**mitoUp® ist ein ausgewogener und einzigartiger Nährstoffkomplex für Ihre tägliche Leistungsfähigkeit.**



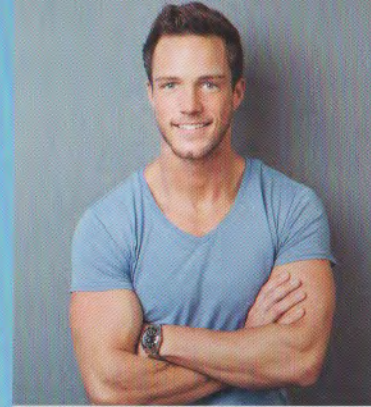
mitoUp® enthält unter anderem B-Vitamine, Spurenelemente, diverse Aminosäuren wie L-Glutathion und Taurin, sowie Alpha-Liponsäure, das Carotinoid Astaxanthin, Curcuma, Coenzym Q10 und weitere Pflanzenstoffe wie z. B. Quercetin und

Resveratrol. Die einzigartige Rezeptur von mitoUp® wurde entwickelt, um Ihnen in Kombination mit MITOVIT® mehr Energie im Alltag zu ermöglichen. Erhältlich bei Ihrem Therapeuten oder unter [www.mitoup.de](http://www.mitoup.de).

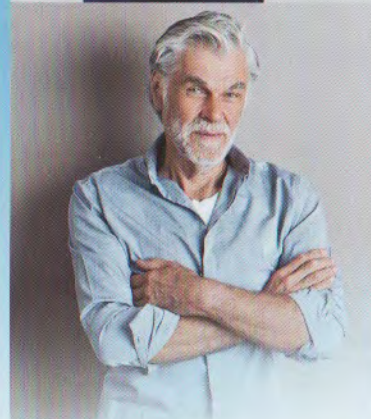
IHR ANSPRECHPARTNER

**COMMIT**  
CREATING HEALTH

Version 02



## BE THE BEST VERSION OF YOURSELF!



## MEDIZIN-NOBELPREIS FÜR DAS GEHEIMNIS DES HÖHENTRAININGS!



# MITOVIT®

## DIE INNOVATION FÜR IHRE GESUNDHEIT



**MEDIZIN  
NOBELPREIS  
NUTZEN AUCH SIE DIE  
POSITIVEN EFFEKTE  
DER HYPOXIE!**

## VITALITÄT STEIGERN! EINFACH. ERHOLSAM. EFFEKTIV.

**Durch den gezielten Einsatz von sauerstoffarmer Luft, können die positiven Effekte des vom Leistungssport bekannten Höhentrainings erzielt werden.**

Gerade im Ausdauersport ist das Höhenttraining (Hypoxietraining) seit langem als Methode zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit bekannt. Zudem wird es vermehrt erfolgreich zur Behandlung chronischer und degenerativer Erkrankungen, sowie als präventive Maßnahme eingesetzt.

In 2019 wurde nun sogar der Medizin-Nobelpreis an zwei amerikanische und einen britischen Forscher für das Geheimnis des Höhentrainings verliehen. Sie haben molekulare Mechanismen entdeckt, die Zellen in die Lage versetzen, den Sauerstoffgehalt wahrzunehmen und sich daran anzupassen. Der niedrigere Sauerstoffgehalt der Bergluft würde dabei im Körper diverse physiologische Reaktionen auslösen.

Eine entscheidende Reaktion ist, dass unsere Mitochondrien, die Kraftwerke der Zellen, trainiert und regeneriert werden. Dies hat eine verbesserte Produktion von ATP (der Treibstoff unserer Zellen) zur Folge.

Mit zunehmendem Alter, aber auch durch Stress, Umwelteinflüssen oder falscher Ernährung kommt es zu einer Schädigung unser Mitochondrien, welche folglich nicht mehr genügend ATP produzieren können. Wir fühlen uns schlapp, ausgebrannt und energielos. Chronische Erkrankungen können die Folge sein.

Mit dem MITOVIT® Höhenttraining können Sie eine Vielzahl von gesundheitsfördernden Mechanismen anstoßen, welche den Mitochondrien zur Selbstheilung und Regeneration verhelfen. Die Basis einer ausreichenden Energieproduktion für mehr Vitalität im Alltag ist somit gegeben.

**Tanken Sie auf - für eine spürbare Verbesserung Ihres Wohlbefindens!**

## HÖHENTRAINING ENTSPANNT IN EINER RUHESITUATION

**MITOVIT® Höhenttraining ist für alle geeignet, die der eigenen Gesundheit etwas Gutes tun möchten.**

Sie atmen entspannt im Liegen über eine Atemmaske im Wechsel sauerstoffarme und sauerstoffreiche bzw. normale Luft.

Angepasst an Ihren individuellen Trainingszustand bringt Sie MITOVIT® auf eine Höhe von 2.000 m bis zu 6.700 m. Nach ca. 40 Minuten haben Sie trotz tiefer Entspannung ein umfassendes Trainingsprogramm auf zellulärer Ebene absolviert - und das ganz ohne körperliche Anstrengung. Für einen nachhaltigen Trainingserfolg werden 10-15 Sitzungen (2-3 Sitzungen pro Woche) empfohlen.

**Fragen Sie Ihren Therapeuten nach dem MITOVIT® Höhenttraining!**

