

DÝCHACÍ VAK



Dýchací vak s náustkem

Dechová kapacita a síla dýchacích svalů jsou důležité zejména pro všechny hráče na dechové nástroje. Ale nejen to. Rozhodující je zejména schopnost kontrolovat sílu dechu a dýchací svaly.

Pomocí dýchacího vaku lze trénovat nádechové i výdechové svaly. Díky tomu, že je nadechován a vydechován ten samý vzduch, nedochází k přenosu kyslíku, nýbrž oxidu uhličitého, a je tak zabráněno nežádoucí hyperventilaci. Takto lze cvičit po dobu 20 vteřin v kuse bez jakéhokoli diskomfortu. Poté je třeba udělat pauzu.

Při cvičení nejprve pomalu co nejvíce vydechněte a poté se co nejrychleji nadechněte. Dbejte na to, aby mezi nádechem a výdechem nebyly pauzy a vyvarujte se nádechů nosem. Dodržet určitý dechový rytmus Vám pomůže například metronom.

Technické specifikace: Dýchací vak s náustkem 22 mm, antistatický. Dýchací vak obsahuje latex a při jeho nesnášenlivosti může vyvolat alergickou reakci. Při pocitech závratí nebo jiných komplikacích ukončete cvičení a případně konzultujte s Vaším lékařem.

Dýchací vak

Objem 6l / 5l / 3l

Trénuje schopnost výdechových a nádechových svalů pracovat nezávisle na sobě.

Art-Nr. 259.61000



Dýchací vak:

Dostupný ve 3 velikostech:
6l – 5l – 3l



Čištění a údržba:

Před prvním použitím vymyjte dýchací vak teplou vodou. Uchovávejte dýchací vak v suchu a chraňte před světlem a teplem. Vyvarujte se kontaktu s kovy, rozpouštědly, oleji a silnými čistícími a pracími prostředky.

K čištění dýchacího vaku používejte běžné šetrné čistící prostředky.

Dýchací vak lze sterilizovat několika metodami - pomocí prostředků studené sterilizace, v autokláve (max. 137 °C) a sterilizace plynem. Dýchací vak není možné sterilizovat horkým vzduchem.

Ostatní produkty vhodné pro hudebníky:

POWERbreathe Plus



Breath Builder



Flow Ball

