

10 Kilo leichter und viel mehr Luft

Nach der Pensionierung atmete Hansruedi Gisler immer schwerer. Bis er unseren SpiroTiger entdeckte und ein zweifaches Wunder erlebte.



Dank dem SpiroTiger bekommt Hansruedi Gisler so gut Luft wie nie zuvor. Und im Verlaufe des Trainings hat er auch noch 10 Kilo abgenommen.

Jahrzehntelang diente der 74-Jährige aus Andermatt UR im Militär als Festungswächter. Er war körperlich fit, geistig auf der Höhe und freute sich auf ein aktives Rentenalter mit Bergwanderungen und Skitouren. Doch gleich nach der Pensionierung vor neun Jahren bekam er Mühe mit dem Atmen. «Ich dachte, das gehe von selber wieder weg, doch das beklemmende Gefühl von zunehmender Atemnot gipfelte in zwei Lungenentzündungen, es war der reinste Horror. Ich bekam Herzrhythmusstörungen und musste we-

gen Verdachts auf Asthma zum Spezialisten. Asthma hatte ich keines, aber ich war längst nicht mehr so gut drauf wie früher. Schon bei der geringsten Steigung rang ich nach Luft.»

Mehr durch Zufall erwischte Gattin Marie-Theres auf der lokalen Poststelle ein Exemplar der *Sprechstunde Doktor Stutz*. Hansruedi Gisler: «Beim Blättern stiess ich auf die Story über den SpiroTiger, ein von der ETH entwickeltes Atemtrainingsgerät. Ich las, dass Skifahrerin Dominique Gislin damit arbeitet, um ihr Lungenvolumen

zu optimieren. So ein Gerät kann mir bestimmt auch helfen, dachte ich, und mein Hausarzt meinte, ich solle es doch einfach ausprobieren.»

Nach einer Instruktion im Fachgeschäft begann Hansruedi Gisler mit dem Training. «Eisern nahm ich das Gerät jeden Tag zur Hand und atmete im vorgegebenen Takt. Das war ganz schön anstrengend. Obwohl ich im Sitzen trainierte, schwitzte ich schon nach wenigen Atemzügen. Mit den Wochen fiel es mir leichter. Ich steigerte mein tägliches Training von fünf auf 15 Minuten und merkte, dass in mir etwas passierte. Wie durch ein Wunder nahm das beengende Gefühl im Brustraum ab und nach einem halben Jahr war ich beim Laufen in den Bergen sogar leistungsfähiger als je zuvor. Der Lungenfunktionstest beim Arzt bestätigte meine guten Eindrücke.»

Trotzdem ruht sich Hansruedi Gisler nicht auf dem Erreichten aus. «Das Atemtraining mit dem SpiroTiger ist für mich mittlerweile ein Ritual. Es gehört wie Zähneputzen einfach dazu. Sogar mein Gewicht konnte ich dank dem täglichen Training und etwas gesünderem Essen wieder normalisieren. Zehn Kilo habe ich in den letzten beiden Jahren abgenommen. Was für ein Erfolg! Ich bin glücklich und mein Hausarzt ist sehr zufrieden mit mir.»



Unser Geheimtipp zum Abnehmen

Wenn Sie bis jetzt noch keinen Erfolg mit dem Abnehmen hatten, dann hilft unser SpiroTiger auf jeden Fall.

Im Zentrum steht die Ausschüttung des körpereigenen Wachstumshormons. Jenes Hormons, das Muskeln auf- und Fett abbaut. Unser SpiroTiger ist der Schlüssel dazu. Selbst bei Menschen, die bisher keinen Erfolg beim Abnehmen hatten. Und bei solchen, die sich aus irgendeinem Grund nicht mehr gut bewegen können. Der SpiroTiger ist weltweit das erste Gerät, das gezielt Ein- und Ausatmung trainiert, ohne das Herz-Kreislauf-System zu überlasten. Gleichzeitig ermöglicht es ein fantastisches Ausdauertraining ohne Belastung der Gelenke. Der SpiroTiger kann aber noch viel mehr. Weil er die Atemmuskulatur im ganzen Oberkörper bis hin zum Hals und Rachen trainiert, hilft er auch gegen Schnarchen, Schlafapnoe und Atemnot, gleichgültig welchen Ursprungs. Selbst unzählige Sportler schwören darauf. Einen riesigen Nutzen erzielen besonders auch Patienten mit chronisch obstruktiver Bronchitis und Asthmatiker. Das Training mit dem SpiroTiger steigert ihre Gehstrecke, erhöht Leistungsfähigkeit und Lebensqualität. Aber auch Bechterew-Patienten hilft der SpiroTiger enorm. Weitere Anwendungsgebiete sind Schleudertraumata sowie chronische Rücken- und Nackenschmerzen.



Online-Bestellung unter www.doktorstutz.ch

Der SpiroTiger mit einem sensationellen Leserrabatt

Profitieren Sie von dieser exklusiven Gelegenheit und sichern Sie sich unser Trainingsgerät für die Atemmuskulatur zum Sensationspreis von nur **Fr. 590.-** statt ~~Fr. 880.-~~.

Beim Kauf des Gerätes erhalten Sie eine ausführliche Anleitung sowie den Zugang zu Beratungszentren, die Sie bei Fragen rund um das SpiroTiger-Training mit Rat und Tat unterstützen. Demonstrationsvideo unter www.doktorstutz.ch und www.spirotiger.ch

NEU: Lassen Sie sich für nur Fr. 98.- persönlich bei Ihnen zu Hause instruieren.

- Ja, ich bestelle** **Stück SpiroTiger à Fr. 590.-** (plus Versandkosten).
- Ja, ich wünsche eine persönliche Instruktion bei mir zu Hause.** Rufen Sie mich bitte an.

Vorname, Name

Strasse, Nr.

PLZ, Ort

Telefon tagsüber

Jahrgang

Datum, Unterschrift

2/18

Formular ausfüllen, ausschneiden und einsenden an: Iridax AG, Müllstrasse 18, 8320 Fehraltorf