

Ich atme mein Asthma und mein Fett weg

Keine Atemnot mehr, keine Medikamente mehr, aber mehr Muskeln. Resit Talimcioglu ist verblüfft: Schon nach vier Monaten löste unser SpiroTiger sein Asthma und ein paar Kilo Fett in Luft auf.



«Der SpiroTiger ist ein super Gerät. Die Investition hat sich mehr als gelohnt», sagt Resit Talimcioglu.

Es begann schleichend, doch irgendwie kam es trotzdem aus heiterem Himmel. «Beim Gehen blieb mir plötzlich die Luft weg», sagt Resit Talimcioglu, 46, aus Meggen LU. «Pollen flogen keine herum, also konnte Heuschnupfen nicht der Grund für die Atemnot sein. Als sie mich später auch im Sitzen überfiel, suchte ich im Internet nach möglichen Gründen und stiess auf Raucherlunge und COPD. Ja, es stimmt, ich rauche. Aber nicht besonders viel. Ich ging zum Arzt, denn das Gefühl, nicht mehr

genügend Luft zu bekommen, verunsicherte mich.» Röntgenbild und Bluttest zeigten keine Auffälligkeiten, der Lungenfunktionstest hingegen brachte Klarheit. Diagnose: Leichtes Asthma. «Ich war beruhigt, denn ich wusste, dass man Asthma behandeln kann.»

«Mit dem Medikament ging es mir gut. Doch eines Tages stolperte ich bei Doktor Stutz über einen Artikel mit Skirennfahrerin Dominique Gisin, die über ihre Erfahrungen mit dem Atemtrainingsgerät SpiroTiger be-

richtete. Auch ich wollte etwas für meine Gesundheit tun, und der Ansatz, die Atemmuskulatur gezielt zu trainieren, gefiel mir. Der Preis des Gerätes erschreckte mich zwar, denn 590 Franken gibt man nicht einfach so aus. Doch ich wusste: Zum Joggen bin ich zu faul, zum Schwimmen nehme ich mir die Zeit nicht und Tennis alleine reicht nicht. Ich brauchte etwas, das in kurzer Zeit maximale Wirkung erzielt. Und es war mir wichtig, dass ich es zu Hause machen kann.»

Resit Talimcioglu bestellte den SpiroTiger und liess sich vom Fachmann instruieren. Er solle langsam beginnen und die Intensität behutsam steigern. «Ich fing mit 16 Atemzügen pro Minute an, atmete während zwei Minuten und machte eine Minute Pause. Schon nach vier Monaten kam ich auf 33 Atemzüge, zehn Minuten lang ohne Pause. Der Trainingseffekt war grossartig! Meine Atemnot verschwand komplett. Das Asthma-Medikament brauche ich nicht mehr. Und gemäss Waage habe ich in dieser Zeit vier Prozent Fett weggeatmet und drei Prozent Muskeln zugelegt. Jetzt erinnere ich mich auch wieder an die Worte eines Yoga-Lehrers, der sagte: «Wenn du gut atmest, bleibst du gesund. Vor allem das Ausatmen ist wichtig.» Genau das trainiere ich mit dem SpiroTiger. Nur zehn Minuten jeden Abend, ganz bewusst und intensiv. Die Investition hat sich mehr als gelohnt.»

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

3/18

Coupon ausfüllen, ausschneiden und einsenden an: **Idiag AG, Mülistrasse 18, 8320 Fehraltorf**