

Infrarood - Helderere antwoorden op belangrijke vragen

simpelweg  
gezond!



**mylife** ●  
SAUNA & INFRAROOD

## Wat is infraroodwarmte?

Infrarood is niets anders dan de straling die u kent van de zon of van de tegelkachel.

In de cabine wordt het lichaam rechtstreeks door deze stralen verwarmd.

Anders dan in de sauna begint u niet te zweten via de omweg van hete lucht, maar door de rechtstreekse bestraling. De cabinetemperatuur loopt daarbij slechts op tot een aangename, de bloedsomloop ontziende 35 – 42°C. Daarom is infrarood ook zeer geschikt voor ouderen en kinderen.



## Hoe werkt infraroodwarmte?

Met infraroodstraling wordt warmte rechtstreeks en zonder aanraking overgedragen op het lichaam. Het gaat om hetzelfde principe dat we kennen van de zon. De warmte wordt door de huid opgenomen en rechtstreeks doorgegeven aan de daaronder liggende lagen. Zo komt ze in de bloedbaan diep in het lichaam, waar het een proces in gang zet dat ontegenzeggelijk positieve effecten heeft.

Al na enkele minuten begint het lichaam intensief te zweten en schadelijke gifstoffen resp. afvalstoffen uit te scheiden. De stofwisseling, het immuunsysteem en de doorbloeding worden gestimuleerd, de huid, het bindweefsel en het totale organisme worden beter van zuurstof voorzien. Ook de spieren beginnen zich te ontspannen.

Warmtetoepassingen bestaan al duizenden jaren. Ze spelen een grote rol bij het verbeteren van het psychisch welzijn en bij de activering van de zelf-genezende krachten van het lichaam. Maar ze vormen beslist geen vervanging van een arts of van noodzakelijke therapie.



---

## Hoe kan infraroodstraling m

### INFRAROODWARMTE BEVORDERT:

- de doorbloeding
- het ontslakken
- de stofwisseling
- de bloedsomloop
- het herstel
- een gezonde huid
- het psychisch welzijn



ijn gezondheid bevorderen?

**INFRAROODWARMTE ONDERSTEUNT:**

- voor en na het sporten
- bij reumatische aandoeningen
- bij hoofdpijn en migraine
- bij verkoudheid en  
voorhoofdsholteontstekingen
- bij cellulitis
- bij gespannen spieren
- bij stofwisselingsproblemen
- bij slaapproblemen

**De zelfgenezende krachten van het  
lichaam worden krachtig geactiveerd!**



---

## Hoe moet ik me de verschillen

### IR-WARMTESTRALERS

---

Ideaal voor mensen die snel op een acuut probleem willen reageren en niet regelmatig gebruik maken van de cabine.

- werken exact met hoge warmte-intensiteit
- straling valt gebundeld op de wervelkolom en werkt zo op het gehele lichaam in
- intensieve zweetervaring
- ondersteunend bij acute problemen
- minimale afstand vereist

### IR-WARMTEPLATEN

---

Ideaal voor mensen die hun gezondheid duurzaam willen verbeteren, hun lichaam bewust fit willen houden en volop willen genieten van een gehele diepe ontspanning.

- gelijkmatige straling in de gehele cabine
- perfecte opname van de straling bij een gematigde temperatuur van de ruimte
- straling dringt rechtstreeks door in de huid
- u kunt zelf uw zithouding kiezen

### IR-DUAL-VERWARMINGSSYSTEEM

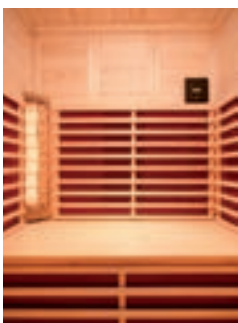
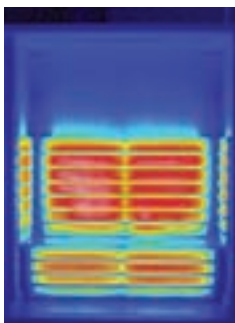
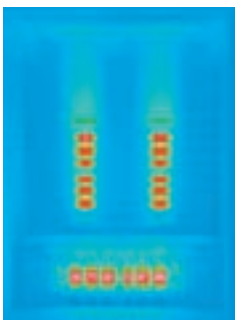
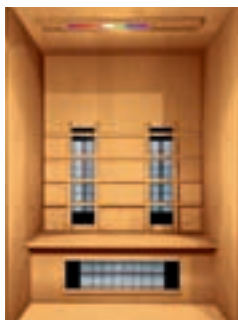
---

**OPTIMAAL:** Vitaal-cabines bevatten een combinatie van warmteplaten en stralers en combineren de voordelen van de beide warmtebronnen.

**De perfecte gezondheidsvoorziening!**

---

de soorten straling voorstellen?



## Wat vinden artsen van infrarood?



„Warmtetoepassingen behoren tot de oudst bekende geneesmethoden, technische ontwikkelingen leiden al jarenlang tot een wijdverbreid gebruik van infrarood- of warmtestralentherapie.

De infraroodstralen worden door de huid geabsorbeerd en naar het binnenste van het lichaam geleid, waar ze een weldadige warmte ontwikkelen en een verbetering van de doorbloeding en ontspanning van de spieren veroorzaken. Het lichaam kan schadelijke stoffen zoals keukenzout, ureum, vetzuren, cholesterol, slakken en zware metalen uitscheiden.

Naast het ontgiften leidt infraroodstraling ook tot een weldadige ontspanning, een gevoel van welzijn van lichaam en geest en een sterker afweersysteem. Ook bij de behandeling van cellulitis en overgewicht zijn positieve effecten waarneembaar.“

Dr. Hans Koningberger



## Wat zeggen topsporters?



„Na korte of erg lange trainingssessies is het gebruik van de infrarood-warmtecabine aangenaam en weldadig. Er komen duidelijk minder spierproblemen voor, de gewrichten regenereren sneller, het immuunsysteem wordt flink aan het werk gezet en het algemene gevoel van welzijn is in zeer korte tijd hersteld. Daardoor kun je effectiever en intensiever trainen. En vergeet ook vooral het voordeel van de mentale verbetering niet. Voor mij betekent infrarood heel duidelijk: ontspannen, je goed voelen, bijtanken.“

Hubert Gantioler, topsporter

(WERELDRECORDHOUDER OP VERSCHILLENDE ONDERDELN VAN HET LANGLAUFEN)



---

## Wat is het verschil tussen een infrarood-warmtecabine en een sauna?

In de sauna wordt het lichaam verwarmd door hete lucht, in de IR-cabine door straling. Met beide toepassingen kunt u uw lichaam van belangrijke energie voorzien en het van giftige stoffen ontdoen.

Terwijl het in de sauna veel heter is dan in de IR-cabine, zweet u veel meer door het subjectieve gevoel, daardoor is de hoeveelheid transpiratievocht in de IR-cabine door de dieptewerking enorm groot. En terwijl u wel een halve dag in de sauna kunt doorbrengen, zijn toepassingen van 20 tot 50 minuten in de IR-cabine voldoende.

Of u de voorkeur geeft aan een sauna of een IR-cabine, is een puur individuele beslissing, die niet alleen afhankelijk is van wat uw persoonlijk het prettigst vindt aanvoelen, maar ook van de beschikbare tijd, de plaatsingsmogelijkheid, uw lichamelijke gesteldheid, etc.

**Optimaal: een sauna met infraroodvoorziening (ook verkrijgbaar als aanvullingsset voor bestaande sauna's). De multifunctionele voorzieningen maken een gebruik mogelijk dat past bij de stemming van het moment!**







**Aqua-fun**

Postbus 745

8440 AS Heerenveen

Tel: 0513 - 412812

Fax: 0513 - 418037

[info@worldofmylife.nl](mailto:info@worldofmylife.nl)

Meer informatie op [www.worldofmylife.nl](http://www.worldofmylife.nl)

Kwaliteit heeft een naam