

### Jetzt neu und nur hier bei uns:

Profitieren auch Sie von unserer langjährigen Erfahrung und dem weltweit größten Höhentrainingsnetzwerk wie es unsere Topathleten schon erfolgreich tun. Zum Beispiel:

Triathlon: Michael Göhner, Anja Dittmer

Radsport: Team NetApp, Paul Martens

Laufen: Simret Restle

Kampfsport: Judo Nationalmannschaft Damen und Herren

Fußball: FC Liverpool, Austria Wien u.v.m.

### Vorteile des Höhentrainings gegenüber normalem Training:

- gesteigerte Sauerstoffaufnahme
- erhöhter Fettstoffwechsel
- schnellere Regeneration
- spürbare Trainingseffekte
- verbesserte Trainingseffizienz



### Bekannt unter anderem aus:

PRO 7 Galileo | MDR | Focus | Bergsteiger | TriaGuide | Tour  
Road bike | Radsport | die Zeit | die Welt | Express | Bild  
Karstadt News | u.v.m.

### Natürlich...

...schneller Wohlfühlen

Vitalbalance

...bessere Leistung

Performancebalance

...besser Aufsteigen

Alpinbalance

...schneller Abnehmen

Calorybalance

Höhenbalance Marketing und Vertriebs GmbH  
Augustinusstr. 9d  
50226 Frechen

Fon: +49 (0) 2234 / 603 77-0

Fax: +49 (0) 2234 / 603 77-9

info@hoehenbalance.de

von  
Wissenschaftlern  
empfohlen

von  
Spitzen-  
sportlern  
eingesetzt

# NATÜRLICH bessere Leistung

Unsere Höhenluft für  
mehr Trainingseffizienz



Performancebalance

## HÖHENBALANCE

Calorybalance - Performancebalance - Alpinbalance - Vitalbalance



### Höhentraining - natürlich bessere Leistung

Höhentraining hat sich in nahezu allen Sportarten zu einem festen Bestandteil erfolgreicher Wettkampfvorbereitung etabliert. Das verringerte Sauerstoffangebot setzt zahlreiche positive Anpassungsprozesse in Gang. Neben einer gesteigerten Atemtätigkeit, vermehren sich die Kraftwerke der Muskelzellen, die sogenannten Mitochondrien schneller, so dass der Körper schrittweise lernt mit dem

knappen Gut - Sauerstoff - effizienter umzugehen. Zusammengekommen führt dies zu einer enormen Leistungssteigerung und beschleunigt zusätzlich die Regeneration.

### Patenterte Technik für Ihren Erfolg

Höhenbalance hat für Sie eine Technologie entwickelt, mit der Sie von den positiven Effekten eines Höhentrainings einfach, kontrolliert und preiswert an jedem Ort der Welt profitieren können. Unsere Hochleistungsgeneratoren entziehen der Umgebungsluft Sauerstoff. In Masken, Schlafzelte oder Räume eingeleitet können so Höhen von 1000m – 6000m simuliert werden. Die patentierte Technik bietet Ihnen zahlreiche Möglichkeiten Ihre Leistung legal und schnell zu steigern.

### Weniger Zeit - mehr Leistung

Das Höhenbalance – Konzept wird seit Jahren erfolgreich im Spitzensport eingesetzt. Neben Universitäten und Olympiastützpunkten nutzen zahlreiche Spitzenathleten unsere Technologie. Trainieren auch Sie wie die Profis bequem zuhause oder bei einem unserer zertifizierten Höhenbalance - Partner.

Die Höhenbalance - Trainingsexperten erarbeiten ein auf Ihre individuelle Leistungsfähigkeit angepasstes Programm, so dass dem Erreichen ihrer Ziele nichts mehr im Wege steht. Schon nach wenigen Einheiten spüren Sie wie Ihre Herzfrequenz sinkt, die Sauerstoffaufnahme steigt und Sie leistungsfähiger werden. Neueste wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass mit dem Höhenbalance - Konzept die Trainingszeit um 20% verringert werden kann. Mehr Zeit für Ihre Freunde und Familie.



*Gert F. Key account manager, Triathlet: „Mir hat das Höhenbalance - Training geholfen mein ambitioniertes Ziel (Quali Ironman Hawaii) mit überschaubarem Trainingsaufwand zu erreichen.“*

*Karl H. Unternehmer, Hobbyläufer:*

*„Mit nur zwei zusätzlichen Trainingseinheiten im Höhenbalance Institut pro Woche konnte ich meine 5 und 10Km- Bestzeiten erheblich verbessern, obwohl ich die vor 10 Jahren gelaufen bin.“*

*Paul Martens, Radprofi, Team Rabobank:*

*„Ich habe mich im Winter entschieden neue Trainingsmittel in meinen Saisonaufbau einzubauen. Aus diesem Grund habe ich mich für einen Höhengenerator von Höhenbalance entschieden, mit dem ich in der Höhe schlafen bzw. trainieren kann. Seitdem habe ich mein Training drastisch umgestellt und auch schnell einen positiven Effekt gefühlt. Für mich persönlich hat sich diese Anschaffung gelohnt!“*

*Michael Göhner, Triathlonprofi, Team Erdinger Alkoholfrei:*

*„Die Produkte von Höhenbalance verwende ich, da ich so unkompliziert und ohne großen Aufwand die Vorteile eines Höhentrainings und die damit verbundenen Trainingseffekte nutzen kann. Sowohl zu regenerativen Zwecken als auch im Bereich des Grundlagenausdauertrainings kommt das System von Höhenbalance bei mir zum Einsatz.“*