

# SPALOVAČ TUKU VACUSHAPE

Beauty  
STUDIO  
LETNÁ

Cílené spalování tuků v problematických partiích. Odstranění celulitidy.

Aktivace lymfatického systému a krevního oběhu.

Rozvoj aerobních schopností. Časová nenáročnost.

Revoluční metoda k odstranění tuku a celulitidy aktivním pohybem v podtlakové kabině. Příjemné formování postavy nejpřirozenějším lidským pohybem – chůzí.

**POUŽITÍ:** Břicho, nohy, hýždě boky

## Co se děje ve VacuShape

Trénink ve VacuShape probíhá chůzí na běžeckém pásu po dobu 30ti minut, problémové partie se přitom nacházejí v podtlakové kabině. Podtlak je nastaven vždy podle kondice a potřeby klienta. Střídavým podtlakem je krev nasávána do kapilár v podkoží, kde působí jako přepravní médium a odvádí tuk z tukových buněk ke svalům, tam se tuk spálí. V průběhu celého cvičení je důležité kontrolovat tepovou frekvenci, aby se jednalo o aerobní cvičení, kdy je spotřeba energie hrazena z 80% tuku a pouze 20% tvoří cukry.

Podtlakem aktivujeme nejen metabolismus tuků, ale i lymfatický systém, důležitý pro lepší odvádění metabolických zplodin, které vylučujeme močí, z tohoto důvodu je velmi důležitý pitný režim. Silné prokrvení pokožky, vyvolané podtlakem zlepšuje zásobování kyslíkem, vitamíny a minerálními látkami. Enzymy tak působí proti pomerančové kůži. Pokožka je po cvičení hladší a jemnější.

## Doporučení pro maximální výsledky

Pro maximální nastartování látkové přeměny je důležitá frekvence 3x týdně ideálně po dobu 6ti týdnů, výsledky jsou viditelné po 10ti aplikacích.

Před aplikací jíst pouze uhlovodany (rýže, brambory, těstoviny)

Po aplikaci dvě hodiny nejíst pouze pít vodu bez bublin a potom pouze bílkoviny (ryby, maso, drůbež, zelenina).

Dodržovat pitný režim 3-4 litry tekutiny denně. Po aplikaci nechodit do solária, sauny, na lymfodrenážní masáž a již necvičit. Do přístroje obléknout volné tepláky nebo šortky. Na nohy lehká sportovní obuv.

## CENÍK VacuShape:

### I. Základní balíček

Obsahuje 15minut jízdu na spinningovém kole, 30 min chůze v podtlaku VacuShapu a energetický nápoj.

10 vstupů	2 100,-- Kč
15 vstupů	2 900,-- Kč
20 vstupů	3 800,-- Kč

### II. Zahřívací balíček

Obsahuje 15minut jízdu na spinningovém kole, 30 min chůze v podtlaku VacuShapu , vacu zahřívací krém a energetický nápoj.

10 vstupů	2 300,-- Kč
15 vstupů	3 150,-- Kč
20 vstupů	4 000,-- Kč

### III. Lymfoven balíček

Obsahuje 15minut jízdu na spinningovém kole, 30 min chůze v podtlaku VacuShapu , vacu zahřívací krém a energetický nápoj a 15 min pressoterapie.

10 vstupů	3 100,-- Kč
15 vstupů	4 000,-- Kč
20 vstupů	5 800,-- Kč

### IV. Balíček sauna

Obsahuje 15minut pobytu v infrasauně (prohřátí celého těla, není potřeba jízda na kole, 30 min chůze v podtlaku VacuShapu , vacu zahřívací krém a energetický nápoj a 15 min pressoterapie.

10 vstupů	3 800,-- Kč
15 vstupů	5 550,-- Kč
20 vstupů	7 800,-- Kč

### Jednotlivé vstupy

VacuShape /30 min/	240,- Kč
Presoterapie /20 min/	130,-- Kč