

REBOOTS SECUENCIAS DEL PROGRAMA



REBOOTS GO LITE

RESUMEN DEL PROGRAMA

A Intense Flow



B Intense



C Impulse



D Flow



*Utilizar a través de la App Reboots

"Intense Flow" combina el flujo de los programas A y B. Varias cámaras permanecen siempre infladas al mismo tiempo, lo que evita el reflujo. De este modo, "Intense Flow" también promueve la eliminación de lactato de forma bastante intensa. Este programa es adecuado para una sesión de recuperación rápida pero intensiva

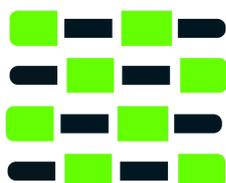
"Intense" promueve la eliminación del lactato de forma más intensa. La presión sostenida en las cámaras inferiores evita el reflujo. Como principiante, deberías abordar este programa lentamente. A alta presión, el programa B es muy intenso y eficaz.

"Impulse" es para sesiones cortas e intensas. Como todas las cámaras se accionan al mismo tiempo, "Impulse" maximiza el número de pases de compresión posibles en un tiempo determinado.

"Flow" ejerce una presión puntual y, por lo tanto, es muy adecuado para aflojar los músculos. Los músculos se comprimen gradualmente desde los pies hacia el cuerpo.

RESUMEN DEL PROGRAMA

E Switch



*Utilizar a través de la App Reboots

F Double



*Utilizar a través de la App Reboots

G Intense Pulse ★



*Utilizar a través de la App Reboots

"Switch" ejerce una presión puntual en cada segunda cámara al mismo tiempo. Así, los músculos se masajean alternativamente desde los pies hacia las caderas. Por lo tanto, el programa es muy adecuado para relajar los músculos.

Similar al programa D, pero se llenan dos cámaras directamente por paso. Esto significa que "Double" consigue el doble de pases en el mismo tiempo y es adecuado para masajes de calentamiento más cortos.

"Intense Pulse" complementa el programa A con un efecto de pulso muy eficaz. Para ello, se sube y baja la presión tres veces durante la última cámara activa: primero el 70%, luego el 90% y sólo después el 100% de la presión establecida. Esto da tiempo a que los productos de desecho del metabolismo se muevan por el tejido. El resultado es una aplicación de recuperación especialmente completa. Por lo tanto, cuando se combinan varios programas de masaje, siempre tiene sentido terminar la aplicación con "Intense Pulse".

SECUENCIAS DEL PROGRAMA

#1 RECOVERY IS EVERYTHING

¿Has entrenado muy duro hoy? ¿Has tenido un partido o una carrera importante? Entonces, ¡ponte con tus Reboots para potenciar tu recuperación!

TIEMPO DE APLICACIÓN: 40 MÍN **OBJETIVO: RECUPERACIÓN**

10 MIN.	Programm D // FLOW	presión ligera
20 MIN.	Programm B // INTENSE	presión ligera - media
10 MIN.	Programm G // INTENSE PULSE	presión ligera

#2 RECOVERY QUICKIE

¿Tienes una gran competición mañana? Entonces, ¡hágase masajear rápidamente las piernas para alcanzar sus objetivos de mañana!

TIEMPO DE APLICACIÓN: 20 MÍN **OBJETIVO: RECUPERACIÓN RÁPIDA**

20 MIN.	Programm B // INTENSE	presión ligera - media
----------------	------------------------------	------------------------

#3 RELEASE YOUR MUSCLES

¡Trata tus piernas con un poco de bienestar y relaja tus músculos!

TIEMPO DE APLICACIÓN: 40 MÍN **OBJETIVO: RELAJACIÓN MUSCULAR**

10 MIN.	Programm A // INTENSE FLOW	presión ligera
20 MIN.	Programm D // FLOW	presión media - alta
10 MIN.	Programm G // INTENSE PULSE	presión ligera

#4 ALL-IN-ONE

¿No sabes qué es lo que más necesitan tus piernas hoy? Entonces tenemos lo que necesitas: ¡Un poco de todo!

TIEMPO DE APLICACIÓN: 40 MÍN **OBJETIVO: REGENERACIÓN Y RELAJACIÓN**

5 MIN.	Programm A // INTENSE FLOW	presión ligera
20 MIN.	Programm B // INTENSE	presión ligera - media
10 MIN.	Programm D // FLOW	presión media - alta
5 MIN.	Programm G // INTENSE PULSE	presión ligera

#5 DEEP RELAX

Cambio y fuera.

Cierra los ojos, siéntate y relájate.

TIEMPO DE APLICACIÓN: 40 MÍN **OBJETIVO: RELAJACIÓN**

10 MIN.	Programm D // FLOW	presión ligera
20 MIN.	Programm G // INTENSE PULSE	presión ligera - media
10 MIN.	Programm B // INTENSE	presión ligera

#6 RELAXATION QUICKIE

¿Necesitas un descanso de la estresante vida cotidiana? Entonces pon los pies en alto un rato y tómate un tiempo para desconectar.

TIEMPO DE APLICACIÓN: 10 MÍN **OBJETIVO: RELAJACIÓN**

10 MIN.	Programm E // SWITCH	presión media - alta
----------------	-----------------------------	----------------------



RECOVERY IS EVERYTHING.