

# SPIRO TIGER<sup>®</sup>

Entraînement respiratoire pour une performance accrue



**L'entraînement de la respiration augmente ta performance!**



**idrag**



# Comment peux-tu entraîner ta respiration?

**Ta condition physique dépend de la condition de tes muscles respiratoires.** Même ceux-ci se fatiguent pendant la pratique du sport. Des muscles respiratoires fatigués provoquent des jambes lourdes p.ex. lors de la pratique de la course à pied ou du vélo. Des recherches à l'ETH et à l'université de Zürich, entre autres, l'ont prouvé. La performance physique ne dépend pas que du système cardio-vasculaire. De ta respiration dépend aussi ta forme. Avec le SpiroTiger® tu peux entraîner spécifiquement tes muscles respiratoires.



# Atteins tes buts sportifs!

L'entraînement d'endurance respiratoire avec l'appareil SpiroTiger® apporte une amélioration nette de la forme physique et de la performance. Cela est valable autant pour le sport de pointe que pour le sport de masse.



# SPIRO TIGER®

Entraînement respiratoire pour une performance accrue

[www.spirotiger.ch](http://www.spirotiger.ch)

## Recette secrète de l'élite



**Fais du bien et n'en parle pas** – autrement les autres le feront aussi! Les athlètes de pointe intègrent le SpiroTiger® avec succès dans leur programme d'entraînement. Des champions olympiques, mondiaux et nationaux doivent leur succès à l'entraînement de l'endurance respiratoire (voir team des athlètes sur [www.spirotiger.ch](http://www.spirotiger.ch)).



Mülistrasse 18  
CH-8320 Fehraltorf

Tel. +41 44 908 58 58  
Fax +41 44 908 58 59

email: [info@idiag.ch](mailto:info@idiag.ch)  
[www.idiag.ch](http://www.idiag.ch)



# SPIROTIGER®

Entraînement respiratoire pour une performance accrue

Bonjour team SpiroTiger®, contacte-moi s'il-te-plaît!



Je suis intéressé à l'entraînement SpiroTiger® pour la raison suivante (marquer ce qui convient) :

- amélioration de ma condition
- entretien de ma condition lors de blessures
- préparation après une pause d'entraînement
- augmentation de mes performances pour les compétitions
- amélioration générale de ma forme
- échauffement avant la compétition
- réduction de l'asthme d'effort lors d'entraînement / de compétition
- rétablissement plus rapide après entraînement ou compétition
- alternative pour entraînement alterné
- entraînement d'altitude
- optimisation de mon programme d'entraînement

Mes sports



Prénom/Nom

Adresse

CP/Lieu

Tél.

Email

Prrière de détacher et renvoyer.

**SPIRO TIGER**<sup>®</sup>  
Entraînement respiratoire pour une performance accrue

[www.spirotiger.ch](http://www.spirotiger.ch)



Prière de détacher et renvoyer.

**A**  
Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale-risposta  
Envoi commercial-réponse



Idiag AG  
Mülistrasse 18  
CH-8320 Fehraltorf