



# SPIROTIGER

Certificazione EMSC

SONDRI  
**CORSI**



2011

2012

## CORSO BASE ST1

Iperpnea Isocapnica: il metodo  
Anatomia e Fisiologia dei MM respiratori  
Coordinazione della Respirazione  
Aumento della Mobilità e della Capacità Vitale  
Allenamento di Resistenza dei MM respiratori

Aperto a tutti:  
Vi svelerà i fondamenti  
di Spirotiger, permettendo di  
ottenere risultati  
soddisfacenti in pochi passi  
Parte pratica inclusa.  
Sacca e boccaglio  
in dotazione

## QUANDO

12 NOVEMBRE 2011 dalle 9.00 alle 13.00  
(pranzo incluso, alla fine del corso)

## DOVE

Sede AmicoSport  
Via Cavour, 7 20025 LEGNANO MI

ISCRIZIONI sul sito [mvmitalia.it](http://mvmitalia.it) oppure email : [segreteria@mvmitalia.it](mailto:segreteria@mvmitalia.it) massimo 20 partecipanti

Ad ogni partecipante verrà consegnato  
Sacca Spirotiger 4.0L, Boccaglio personale e Attestato di partecipazione

**ISCRIZIONE**  
euro 165,28 +iva

*possibilità di pernottamento in hotel raggiungibile a piedi, a tariffe convenzionate*



iscrizioni sul sito: [www.mvmitalia.it](http://www.mvmitalia.it)



*Il lavoro continuo del Comitato Scientifico di Euro Medical Sport Center ([www.emsc.it](http://www.emsc.it)) garantisce un'importante fonte di informazioni per il professionista, il paziente o l'atleta che si voglia avvalere dei più innovativi sistemi di allenamento e dell'esperienza nelle nuove discipline mediche e sportive.*

**MVM ITALIA srl SS Sempione, 22 20020 Lainate MI ITALIA**

P.IVA : IT 13108830152 C.C.I.A.A.:MI/2000/1666810 R.E.A.: 1618164 T.: +39 02 93559169 F.: 39 02 93551326

Email: [segreteria@mvmitalia.it](mailto:segreteria@mvmitalia.it)

# SPIROTIGER.IT

## IL PRESENTE PER L'ALLENAMENTO DEL RESPIRO PER LA COLONNA VERTEBRALE



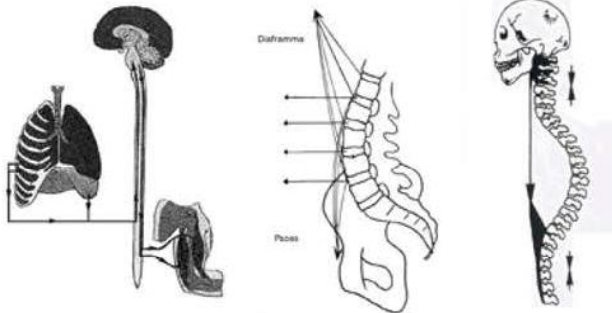
**SPIROTIGER** è un efficace sistema (Normocapnic Hyperpnea) che permette un sicuro allenamento di resistenza dei muscoli del respiro, allontanando l'affanno, migliorando coordinazione e capacità respiratorie, postura e mobilità della colonna vertebrale, senza sovraccaricare il sistema cardiovascolare

**SPIROTIGER** è indicato in tutte le sofferenze della respirazione (BPCO, Asma da sforzo, Apnee notturne, Affanno, Espettorazione, Russamento, Dispnea, Fibrosi Cistica)

**SPIROTIGER** è fondamentale in fase riabilitativa e preventiva, per una semplice rieducazione posturale

**SPIROTIGER** è un ottimo esercizio per tutti quanti ricerchino un proprio benessere, anche per lo sportivo che desideri migliorare le proprie prestazioni o che voglia ritornare alla pratica in tempi brevi, dopo un infortunio

**BPCO**  
**Asma da sforzo**  
**Apnee notturne**  
**Fibrosi Cistica**  
**Espettorazione**  
**Russamento**  
**Dispnea**  
**Affanno**



**Rieducazione Respiratoria**  
**Chirurgia toracica**  
**Cardiologia generale**  
**Obesità**  
**Diabete**  
**Postura**  
**Odontoiatria**  
**Allenamento Sportivo**

## UNA MUSCOLATURA RESPIRATORIA EFFICIENTE È UNA PREMessa IMPORTANTE: L'ALLENAMENTO SPECIFICO DI RESISTENZA LA SOLUZIONE !



In ambulatorio, in clinica, durante la riabilitazione o individualmente a casa: grazie al facile utilizzo e alla sua maneggevolezza è possibile allenarsi ovunque.

**«Da quando ho smesso di russare, tutto è stato chiaro: lo SpiroTiger® è una benedizione !»**

Uno studio svolto all'ospedale Lindenhof di Berna dimostra che attraverso un allenamento della muscolatura della faringe, la frequenza del russare si riduce già dopo 4 settimane.

**«Alle volte ero spaventato dalle mie difficoltà respiratorie. Avevo l'impressione di non ricevere sufficientemente aria. Grazie all'allenamento respiratorio questa sensazione è quasi completamente scomparsa.»**

Studi scientifici dimostrano in modo chiaro che un allenamento respiratorio di resistenza specifico riduce l'affanno, migliora la condizione fisica e la qualità di vita di persone affette da malattie alle vie respiratorie.

**«I dolori cronici alla schiena sono spariti. Mi sento più leggero, globalmente più sano.»**

Grazie a questo allenamento tutta la muscolatura del busto viene rinforzata. Non solo il respiro, ma anche la stabilità della schiena migliora in modo durevole. Meno dolori dovuti all'errata postura ed una miglior percezione del proprio benessere sono i benefici.

**«Guarda me, per esempio. Da piccolo ho fatto sport perché soffrivo d'asma, non riuscivo a respirare e ancora adesso se non fosse per quel marchingegno dello Spirotiger soffrirei come una bestia. E invece, alla faccia delle difficoltà, eccomi qui Campione Olimpico»** Giorgio Di Centa (fonte: SportLife genn/febb2007) \*\*

Utile anche nel canto: ne sono prova i numerosi cantanti lirici e leggeri che sotto la guida di esperti in foniatria combattono la dispnea, migliorando le capacità respiratorie, fondamentali per esempio nel rubato, correggendo allo stesso tempo i problemi posturali (miglioramento di cifosi e lordosi) e riequilibrando gli appoggi, tutti aspetti fondamentali per l'antica arte del canto.

I pazienti che lamentino affanno, problemi respiratori, apnee da sonno, russamento, comuni sofferenze posturali (colpo di frusta, cervicalgie) o alla vasta categoria della BPCO che pone un rigido limite alla vita di tutti i giorni, ivi comprese la para/tetraplegia e la Fibrosi Cistica, potranno beneficiare di risultati altrettanto sorprendenti.