



MOUNTAIN FRESH®
Gred HDS – Germany



Пейте насыщенную водородом воду,
и наслаждайтесь здоровой жизнью

• GESUNDHEIT / WELLNESS / REINHEIT •

Бутылка-генератор водородной воды

Почему водородная вода эффективна при занятиях спортом?

При интенсивных физических нагрузках усиливается потребление кислорода, и в организме вырабатывается избыточное количество оксидантов, которые разрушают клетки, нарушают энергетический обмен и снижают выносливость. Чтобы противостоять мощному потоку оксидантов, организму необходим эффективный и безопасный антиоксидант. Именно таким антиоксидантом и является водород. Его маленькие молекулы способны:

- ✓ Проникать во все клетки и удалять оксиданты без побочных эффектов
- ✓ Активировать жировой и энергетический обмен
- ✓ Предотвращать накопление в мышцах молочной кислоты – основной причины дискомфортных ощущений после тренировок
- ✓ Устранять воспалительные процессы
- ✓ Снижать повреждение органов, тканей и ДНК

Чтобы повысить эффективность тренировок, необходимо пить воду – до, во время и после занятий. Японские ученые пришли к выводу, что идеальным напитком для занятий спортом является водородная вода, которая обеспечивает уровень гидратации организма в 6 раз эффективнее, чем обычная вода.

Благодаря высокому восстановительному потенциалу (ОВП = -500 мВ) она служит естественным природным энергетиком, который не только не запрещен, но и рекомендован ведущими специалистами в области спортивной медицины. Важным преимуществом водородной воды перед другими спортивными напитками является ее безопасность и отсутствие побочных эффектов, противопоказаний и каких-либо возрастных ограничений.

Все большее число профессиональных спортсменов во всем мире выбирают для постоянного употребления воду, насыщенную молекулярным водородом. В лучших медицинских научных центрах проведено множе-

ство исследований, доказавших пользу применения водородной воды при повышенных физических нагрузках.

В 2012 году группа японских ученых Aoki K с соавт. провели двойное перекрестное плацебо контролируемое исследование. Они обнаружили, что интенсивное сокращение мышц в процессе интервальной тренировки вызывает оксидативный стресс, который является основной причиной развития синдрома перетренированности и выражается в повышенной утомляемости, микрповреждениях и воспалениях мышц.

Ученые решили исследовать влияние насыщенной водородом воды на уровень оксидативного стресса и синдром перетренированности при интенсивных физических нагрузках у профессиональных спортсменов. Исследовались мышечные функции, маркеры оксидативного стресса, а также уровни лактата (молочной кислоты) в крови. Результаты исследования достоверно подтверждают, что употребление водородной воды снижает уровни маркеров оксидативных повреждений и лактата в крови, а также улучшает мышечные функции, угнетаемые оксидативным стрессом.

Похожее исследование влияния водородной воды на спортсменов проводили ученые из университета Кавасаки. Они изучали уровень оксидативных повреждений ДНК вследствие интенсивных физических нагрузок, измеряя уровень скорости образования маркера оксидативного стресса 8-OHdG. Ученые обнаружили, что у спортсменов, которые пили перед тренировкой водородную воду, данный показатель на 20% ниже, чем у тех, кто пил обычную воду.

Из этого следует, что спортсмены могут препятствовать повреждению ДНК и противостоять физическому переутомлению организма, употребляя водородную воду. Водородная вода эффективно поддерживает необходимый уровень гидратации, защищает организм спортсменов от оксидативных повреждений и способствует быстрому восстановлению после интенсивных физических нагрузок.



Art. Nr.: 4526 0,5 l. UVP: 125,00 €



Рекомендован для поездок и спорта



Выработка водорода



Легкая чистка



USB порт и встроенный аккумулятор



Пищевой пластик



Термостойкие материалы



GRED-Empire GmbH
Am Listholze 82 • 30177 Hannover • Germany

Tel: +49 (0) 511 22 82 129
www.gred-hds.de