

аХво и спорт: высокая работоспособность с первой минуты дня

Будильник сонных фаз обеспечит идеальное начало дня. Будьте более бодрыми и отдохнувшими. Привыкайте быть в хорошей форме с первой минуты дня. Хорошее начало дня важно для концентрации, работоспособности и достижения успеха с первой минуты, как на тренировках, так и во время соревнований. Австрийский бегун Манфред Михлитс (Manfred Michlits) начинает благотворительный забег 1 января 2007 года (World Charity Run) и пробежит вокруг земного шара. Каждый день он должен вставать очень рано для того, чтобы установить мировой рекорд, и благодаря будильнику аХво это удается намного легче.

Любители и профессиональные спортсмены всегда ищут новые способы повышения своей работоспособности, и всегда с одной целью: быть первым! Для легкоатлетов, в частности, на счету каждая сотая секунды, потому что даже такая малая величина может сыграть решающую роль при определении победителя. В данной ситуации аХво действительно незаменим: больше никакой усталости после пробуждения, напротив, наблюдается повышенная концентрация и улучшенная координация. Легкоатлеты, редко сами могут выбрать время соревнований, в тот момент, когда они находятся на пике своей физической формы; тренировки и забеги могут начинаться очень рано. аХво позволяет быть в наилучшей форме в нужное время. Даже когда атлеты находятся за пределами своей страны, они должны выкладываться на 100%. Во время соревнований за границей спортсмены могут страдать от нарушений биоритмов организма в связи со сменой часовых поясов, которые является причиной снижения результативности. И даже в таких условиях аХво позволяет уловить прекрасное мгновение: просыпаться тогда, когда вы находитесь «в форме».

Марафонец Манфред Михлитс тренируется с аХво

В Австрии много спортсменов во время тренировочного процесса используют аХво. Один из них 38-летний бегун-профессионал Манфред Михлитс начинает благотворительный забег вокруг земного шара 1 января 2007 года в пользу SOS Kinderdorf. Чтобы справиться с физическими нагрузками, равными двум полноценным марафонам в течение одного дня, или 10-14 часам бега, каждый день Михлитсу нужно рано вставать. «Для меня просыпаться рано – настоящее наказание. Просто я не жаворонок. Но во время World Charity Run 2007 я должен вставать в 5 утра каждый день, без исключений. К тому же, каждая минута – во время сна или пробуждения – очень драгоценна. С аХво я могу оптимально использовать как время отдыха, так и время пробуждения. Я чувствую себя хорошо уже перед стартом и мне больше не нужно время, чтобы найти свой ритм», - говорит Михлитс.

Принцип работы аХво

У каждого человека за ночь несколько раз проходит чередование фаз сна: фаза глубокого сна, лёгкого сна и фаза сновидений. Каждой из этих фаз сна характерны

разные движения тела. В этом и заключается концепция aXbo: с помощью регистрации различных движений можно определить фазы сна и, таким образом, установить оптимальное время для пробуждения - на протяжении 30 минут до необходимого времени пробуждения. Эффект такого пробуждения – как будто вы проснулись самостоятельно, естественным путём, без будильника.

Будильник сонных фаз можно заказать по Интернету

В настоящее время будильник aXbo, а также лимитированную серию aXbo "Limited Edition" для 2-х пользователей, можно заказать на сайте www.axbo.com.ua

Хороших снов и просыпайтесь бодрыми и отдохнувшими!
Доброе утро. Каждый день.