

Gepatenteerde procedure  
**INFRAROOD**  
 196 40 022 C1




# Andullatietherapie

**Stimuleren van uw afslankprogramma en  
 onderhouden van uw strakke buik**

Medical Research Team HHP  
 Oudenaarde

**Andullatie**  
 wereldwijd slechts toegepast in  
 de hhp medische massagematras

Gepatenteerde procedure  
**INFRAROOD**  
 196 40 022 C1



WERELDWIJDE INNOVATIE  
 Gepatenteerde  
 methode  
**ANDULLATIE**

  
**TÜV  
 Rheinland  
 Product Safety**

  
 Geprüftes Medizinprodukt  
 Approved medical device  
 Freiwillige Produktprüfung

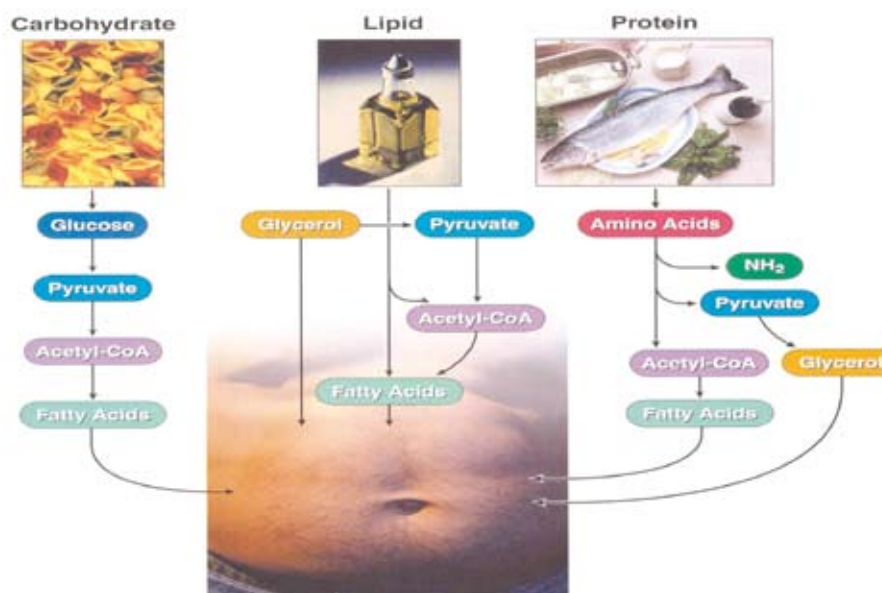
# Stimuleren van uw afslankprogramma en onderhouden van uw strakke buik

Verdere gedetailleerde informatie cfr website



## AFSLANKEN VRAAGT ENERGIE

Afslanken is onmogelijk zonder een evenwichtige en gezonde voeding. Uw stofwisseling is het vermogen van uw lichaam om een zeer groot deel van de ingenomen voedingsstoffen (suikers, vetten en eiwitten) om te zetten in de voor u vereiste **energie (ATP)** als brandstof voor het normaal functioneren van uw vetvrije massa (spieren, organen en bot). Alle overtollige opname van voedingsstoffen wordt opgeslagen onder de vorm van vet (Fig.1.). Voedselkundigen helpen u bij het zoeken naar een voor u aangepast dieet. Maar u zal zelf moeten instaan om het overtollige vet te verbranden. Daarom dient u niet alleen regelmatig te bewegen en te sporten maar ook de **buikspieren** te onderhouden. Uw afslankprogramma vraagt dus ook veel **energie (ATP)**.



Figuur.1. Het overtollig voedsel wordt opgeslagen onder de vorm van vet  
(Essentials of Exercise Physiology – WD McArdle, FI Katch, VL Katch - 2000)

## OPGEVEN of VOLHOUDEN van uw AFSLANKPROGRAMMA

Wanneer u het gewenste gewicht resultaat eindelijk bereikt, is er opnieuw veel **energie** nodig om het door u gekozen doeltreffende afslankprogramma levenslang te onderhouden. Gewichtsbeheersing is een prachtige doelstelling maar toch haken velen af (+/- 70 %). Als gevolg van het daaropvolgend jojo effect, komen de verloren kilo's er dan opnieuw zeer snel bij. Erger nog. Het leidt zelfs tot een groter overgewicht. En het teveel aan buikvet is op langere termijn mede verantwoordelijk voor levenslange gezondheidsproblemen zoals diabetes type II, hartaandoeningen en bloedvaten- ziekten. Een **dikke buik** straalt geenszins gezondheid of kracht uit. En toch moet u uw lichaam goed onderhouden opdat de geest er zich goed zou kunnen in thuis voelen (mens sana in corpore sano).

# WAT DOET U OM EEN STRAKKE BUIK TE ONDERHOUDEN ?

**U hebt drie doelen voor ogen:**

- U wil het traag zichtbare proces van gewichtsverlies **volhouden**
- U wil het **jojo effect** na het bereiken van uw ideaal gewicht vermijden
- U wil het beoogde en voldoeninggevend resultaat voor de rest van uw leven **behouden**.

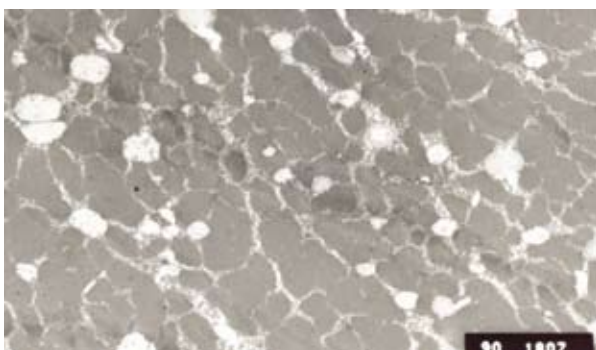
Omdat u afvalt en dus beetje bij beetje aan gewicht verliest, zal ook bij rust de intensiteit van de verbranding van uw voedsel (stofwisseling) telkens iets lager liggen. Men noemt dit een stapsgewijze vermindering van uw basaal metabolisme. Maar hierdoor produceert u dan ook minder **energie (ATP)** welke vereist is voor alle functies in het lichaam. Daarom is het best mogelijk dat u zich ook sneller vermoeid gaat voelen.

## BUIKSPIEREN

Een **strakke buik** is hét kenmerk bij uitstek van een gezond en fit lichaam. Uw **buikspieren** worden de gehele dag door aangesproken of u nu zit, staat of gaat. **Buikspieren** zijn eveneens zeer belangrijk bij de uitoefening van alle dagelijkse inspanningen. Wanneer dan de toevoer aan calorieën (suikers, vetten en eiwitten) vanuit de voeding hoger ligt dan de behoeften eraan, zal dit uiteindelijk leiden tot vetopstapeling in deze spieren. Omdat overgewicht gepaard gaat met een onevenwichtige verhouding tussen spiermassa en vetmassa, stelt men vast dat er zich in deze situatie ook meer vet opstapelt in de **buikspieren** net zoals dit het geval is bij een tekort aan lichaamsbeweging en sport (Fig.2, 3, 4). Omdat buikspieren een zeer belangrijke rol spelen in het basaal metabolisme (zie hoger), zal de productie aan **energie (ATP)** minder uitgesproken zijn naarmate er zich dan ook meer vet opstapelt in de spieren.



*Figuur.2. Normale spier bij een gezonde en sportieve 34 jarige man – X90/6851  
Narula, Declerck, Kakulas – Neuropathologie, Perth, West-Australië*



*Figuur.3. Vet in spiercellen bij een matig sportieve 50 jarige man – X90/1807*



*Figuur.4. Volledige spierdegeneratie bij een inactieve 55 jarige man - X90/71122*

## ANDULLATIE GEEFT U DE ENERGIE OM UW STRAKKE BUIK TE ONDERHOUDEN

Dagelijkse **andullatie** gedurende 15 minuten geeft de vereiste **energieboost** om uw gezonde voedingsgewoonten, lichaamsbewegingen en attentie voor uw buikspieren voor de rest van uw leven vol te houden. En dit op een bijzondere eenvoudige en relaxerende wijze.

Het Instituut voor Medische Research te Lausanne berekende na grondig onderzoek dat de hoeveelheid **energie (ATP)** welke u in de energiegeneratoren van al uw cellen (de mitochondriën) aanmaakt met **andullatie** equivalent is aan de **energie (ATP)** welke u produceert gedurende 10 km wandelen of één uur sporten.

**Andullatie** revitaliseert uw cellen. Andullatie zal, als gevolg van een logische consequentie van normale fysiologische processen, de **energie (ATP)** in uw cellen verhogen door enerzijds de actieve verbranding van het ingenomen voedsel te stimuleren en anderzijds het basaal metabolisme bij rust te verhogen.

Daarenboven zal door het gebruik van de **andullatieband** de vetverbranding in de buikzone verbeteren, de kracht in de buikspieren toenemen en eventuele aanwezige constipatieverschijnselen verminderen.

