

0 GRAVITÀ

Grazie alla sua flessibilità e alla sua autonomia, GMOVE-SUIT viene utilizzata sia a fine allenamento, per una seduta di recupero o durante stretching, sia per migliorare la preparazione prima di un allenamento. Con GMOVE-SUIT l'atleta esegue la propria seduta in movimento (camminando, guidando, viaggiando in aereo, ...) o seduto al lavoro, agevolando in tal modo l'eliminazione delle tossine e il ritorno venoso senza perdere tempo.



2G - ACTIVE

ACTIVE promuove la mobilità a seguito di un intenso sforzo fisico, tramite la pulizia delle tossine fatta mediante un allenamento fisico di moderata intensità (fino al 50-60% di sforzo massimo).

Questa tecnica, nota anche come recupero attivo, riduce più velocemente la concentrazione di lattato plasmatico rispetto al recupero passivo, mentre il giorno seguente allo sforzo riduce notevolmente il dolore muscolare.

4G - BOOST

La funzione BOOST riduce notevolmente l'apporto di ossigeno per aumentare l'attività muscolare con un carico ridotto. GMOVE-SUIT viene utilizzata un minuto a 120 mmHg per comprimere entrambe le gambe. Ne fa seguito un recupero attivo di un minuto (funzione attiva), in cui l'atleta deve rimanere in movimento al 40% del suo sforzo.

