

PRESSEMITTEILUNG

**Abnehmen mit nur 3 Minuten bei -150 Grad in der Kältebox
Erster Kälteclub in Berlin eröffnet**

Berlin - Nach dem großen Erfolg in München und Frankfurt können jetzt auch die Berliner das Kältetraining testen, das bis jetzt nur Prominenten, Spitzensportlern oder Klinikpatienten vorenthalten war. Vor wenigen Tagen hat der neue Kälteclub in Berlin eröffnet.



Seit über 30 Jahren setzen Spitzensportler wie Ronaldo auf das kostspielige Kältetraining. Vor drei Jahren entwickelte die Münchner Cryosizer GmbH die erschwingliche Kältetrainings-Methode Cryosthenix® und eröffnete das erste Kältekammer-Studio. Nach den ersten Partnerbetrieben in Frankfurt a. M. und München geht die Expansion weiter und der erste Cryosizer Club öffnete seine Türen in Berlin.

Dr. Yasmin Buchäckert leitet das Kältestudio in der Bleibtreustraße in Berlin: „Durch meine langjährige Arbeit in der Medizintechnik kannte ich die Kältekammer aus der Orthopädie und Sportmedizin, vor allem ihren Einsatz bei chronischer Entzündung und Schmerz. Vor einem Jahr habe ich dann das Kältetraining für mich selbst entdeckt. Ich nutze es ergänzend zu meiner Fitnessroutine aber auch einfach zur Entspannung für Körper und Seele. Das Kältetraining ist wie ein „Reset-Button“ für den Organismus. Ich will es nicht mehr missen!“

Wie funktioniert das Kältetraining? Was bewirkt es?

Drei Minuten Aufenthalt in der Kältekammer bei bis zu minus 150 Grad, stimuliert den Stoffwechsel und beschleunigt den Fettabbau. Nur Kopf, Hals und Schultern bleiben ausgespart. Durch den Kältereiz, die Hypothermie, werden Kreislauf und Stoffwechsel stimuliert und die Hormonausschüttung intensiviert. Es folgt eine Nachbrenn-Phase von bis zu sechs Stunden. Dabei wandelt sich unter anderem das Speicherfett in stoffwechselaktives Gewebe um. Die Pfunde schmelzen beträchtlich, Cellulite und Hautalterung wird spürbar entgegengewirkt. Außerdem macht Kältetraining gute Laune, denn der Kältereiz erhöht die Ausschüttung körpereigener Endorphine.

Für das Kältetraining gibt es keine Altersbeschränkung. Die Anwendungsgebiete sind ebenso vielfältig, wie die Anwender. Ob zum Abnehmen in Kombination mit einem Ernährungs-Programm, das speziell für Cryosizer von der TU München entwickelt wurde oder um das Immunsystem zu stärken. Ob Fitnessbegeisterte, Menschen mit wenig Zeit oder Schmerzen, chronischen Erkrankungen des Bewegungsapparates oder Hautkrankheiten: Das Kältetraining stärkt das Immun- und Herz-Kreislauf-System und es werden Glückshormone ausgeschüttet.

CRYOSIZER GMBH

Die CRYOSIZER® GmbH wurde im Jahr 2015 gegründet und hat Franchisenehmer in München und seit kurzem in Frankfurt und Berlin. Das effiziente Cryosthenix®-Training von Cryosizer® basiert auf der in den 1980er-Jahren entwickelten Kryotherapie, die vor allem in der Sportmedizin zur Leistungssteigerung und Regeneration von Profisportlern eingesetzt wurde. Die Kälte-Therapie kommt auch auf medizinischer Ebene vielfältig zum Einsatz: Neben der Steigerung des körperlichen Wohlbefindens, unter anderem bei Depressionen, kann der Eis-Schock auch zur Linderung von Gelenksbeschwerden eingesetzt werden. Darüber hinaus ist die Fettzellen-Umwandlung wissenschaftlich belegt.

Pressekontakt:

Lasse Walter Unternehmensberatung, info@lassewalter.com, 0176-78862998

Cryosizer Studio B1 Berlin

Bleibtreustraße 38/39

10623 Berlin

Tel.: 030 845 256 29

E-Mail: DreiMinutenErfolgimB1@cryosizer.com

Öffnungszeiten:

Montag-Freitag 10-14 Uhr und 16-20 Uhr Samstag-Sonntag 10-14 Uhr

www.cryosizer.com/b1