



ERFRISCHEND KALT,  
FACHMÄNNISCH HERGESTELLT:  
ERLEBE DEN VIGOR™ KÄLTEPOOL



Die perfekte Ergänzung zu Deiner Wellness-Routine, von Hot Spring®.

## Warum den Sprung ins kalte Wasser wagen?

Mit dem Vigor™ Kältepool von Hot Spring® kannst Du Dein Leben in jeder Hinsicht auffrischen und neue Vitalität gewinnen. Erlebe das Eintauchen in kaltes Wasser, das Deinen Körper revitalisiert, Deine Konzentration schärft und Deine Stimmung hebt. Es geht nicht nur darum, sich gut zu fühlen - es geht auch darum, Entzündungen zu reduzieren, die Genesung zu beschleunigen und die Leistungsfähigkeit zu optimieren. Wenn Du das Kältebaden zu einem Teil Deiner Wellness-Routine machst, tankst Du Energie, stärkst Dein Immunsystem und baust Deine Widerstandsfähigkeit auf. Nutze die belebenden Vorteile der Kaltwassertherapie und revitalisiere und stärke Dich selbst, um jede Herausforderung anzunehmen.

### Die Wissenschaft der Kältetherapie<sup>1</sup>



#### BESSERE STIMMUNG, KONZENTRATION UND GEISTIGE KLARHEIT

Kaltwasser stimuliert die Freisetzung von Noradrenalin und Dopamin, die die Stimmung, die Motivation und die geistige Klarheit verbessern.



#### ERHÖHTE STRESSRESISTENZ

Die Überwindung "mentaler Hürden" durch regelmäßiges Kältebaden trainiert das Nervensystem, mit Stress gelassen umzugehen, wodurch Angstgefühle mit der Zeit abnehmen.



#### ERHÖHTER STOFFWECHSEL

Die Aktivierung des braunen Fettgewebes während des Kältebadens kann die Stoffwechselrate erhöhen und so die Kalorienverbrennung sowie die Energiebilanz verbessern.



#### WENIGER MUSKELKATER UND ENTZÜNDUNGEN

Durch die Senkung der Gewebetemperatur und die Verringerung der entzündungsfördernden Zytokine trägt die Kälteeinwirkung dazu bei, dass sich die Muskeln schneller erholen und der Muskelkater verringert wird - ideal für Sportler und aktive Menschen.

<sup>1</sup> <https://www.hubermanlab.com/episode/using-deliberate-cold-exposure-for-health-and-performance>



## Produktionserfahrung trifft auf Innovation

Der Vigor wurde mit derselben Qualität, Haltbarkeit und Innovation gebaut, die Hot Spring zur weltweit meistverkauften Whirlpool-Marke gemacht haben, und definiert das Erlebnis des Kältepools neu. Mit seiner ultraleisen Pumpe und seinem ergonomischen Design schafft er die ideale Umgebung für eine konzentrierte Erholung. Fortschrittliche Kühl- und Filtersysteme sorgen dafür, dass immer perfekt gekühltes, kristallklares Wasser zur Verfügung steht, während eine verbesserte Isolierung die Temperatur konstant hält und die Energieeffizienz verbessert. Vigor ist die ultimative Ergänzung für Ihre Wellness-Routine und bietet Komfort, Zuverlässigkeit und eine unübertroffene Leistung.



### TECHNISCHE DATEN

<b>Abmessungen</b>	224 × 107 × 74 cm
<b>Sitze</b>	1
<b>Tiefste Temp.</b>	5°C
<b>Leergewicht</b>	165 kg
<b>Wannenvolumen</b>	425 Liter
<b>Stromversorgung</b>	230V / 13 amp

### VERKLEIDUNGEN

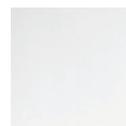


Grau



Mokka

### WANNE



Alpin Weiß

### ABDECKUNG



Grau



Sturmgrau



Mehr Infos unter:  
[kaeltebecken.hot.spring.de](http://kaeltebecken.hot.spring.de)

## Heiß- und Kältetherapie in perfekter Harmonie

Erlebe die Kraft der Kontrasttherapie mit der erfolgreichen Kombination eines Hot Spring®-Whirlpool mit dem Vigor™-Kältepool. Diese belebende Wellness-Praxis, die von Fitness-Enthusiasten und Spitzensportlern geschätzt wird, kombiniert Warmwasser-Hydrotherapie mit erfrischender Kälte und bietet eine Reihe von Vorteilen für die Gesundheit, von der Stärkung des Immunsystems und der Verringerung von Entzündungen bis hin zur Verbesserung des Schlafs und der Stärkung der Stressresistenz. Entdecke Wellness auf eine neue Weise, um dein Wohlbefinden zu steigern und gleichzeitig deine mentale Stärke, Gesundheit und Ausdauer zu verbessern.

## Aufbau Deiner Kältepool-Routine

Es ist ganz einfach, ein auf Deine Ziele zugeschnittenes Programm zum Kältebaden zu erstellen:

### BEGINNE VORSICHTIG UND SCHRITTWEISE:

Beginne mit einer Wassertemperatur zwischen 7 und 15,5 °C für 1 bis 2 Minuten. Verlängere die Dauer und senke die Temperatur langsam, wenn sich eine Toleranz entwickelt.

### HÄUFIGKEIT:

Strebe 2 bis 4 Sitzungen pro Woche an, wobei Du insgesamt 11 Minuten pro Woche baden solltest. Dieser Ansatz steht im Einklang mit Forschungsergebnissen, die die optimalen Vorteile einer kontinuierlichen Therapie hervorheben.

### EINSTELLUNG:

Nimm das anfängliche Unbehagen als eine Gelegenheit wahr, sich in Gelassenheit und Belastbarkeit zu üben. Eine kontrollierte Atemtechnik, wie z. B. langsame, rhythmische Atemzüge, können helfen, die Kälte zu bewältigen und die Zeit bequem zu verlängern.

## Vorbereitet für den Kältepool?

Besuche unsere Website oder wende Dich an Deinen Hot Spring Händler und erfahre, wie Du mit VIGOR, dem einzigartigen Kältepool von Hot Spring, Deinen Vorsprung ausbauen kannst.



 **HotSpring**<sup>®</sup>  
Whirlpools



WHIRLPOOL Import GmbH  
www.hotspring.de  
Tel.: 04161 5027-0



Buxtehude · Berlin · Bonn · Dortmund · Frankfurt · München · Nürtingen  
Regensburg ...und viele weitere Vertriebspartner bundesweit!