



moonbird - ademhalingstool voor volwassenen

€ 179,00

OP VOORRAAD

Details

moonbird - ademhalingstool voor volwassenen Een ademhalingstoestel om in 5 minuten tot rust te komen. Geen nadenken of tellen vereist.

Moonbird verlaagt stress, wat angstklachten en slaapproblemen kan verminderen, in 30 dagen

Intuïtief & effectieve Tactiele Begeleiding? kalmerend ademwerk

Vooraf ingestelde en gepersonaliseerde oefeningen

Real-time biofeedback, zie onmiddellijke effect

Onmiddellijke ontspanning, altijd en overal

Leden van Solidaris Brabant krijgen 10 euro directe korting bij aankoop van een moonbird.

Contacteer ons om de kortingscode te ontvangen en bestel vervolgens onmiddellijk online op de website van moonbird.

Dit artikel is niet aanwezig in onze winkels en kan enkel via de website van moonbird worden besteld.

Details Moonbird is ontworpen en wordt met de hand gemaakt in Antwerpen, België. Moonbird is een eenvoudige en effectieve manier om thuis te ontstressen en te ontspannen. De natuurlijke en schermvrije Tactile Guidance? technologie begeleidt je om langzaam te ademen en activeert de natuurlijke ontspanningsreactie van het lichaam.

Ervaar een duidelijk effect binnen 30 dagen: slaap beter, voel je minder gestrest of angstig, of krijg je geld terug. Moonbird werd bekroond als de beste ademhalingscoach van 2024 door TheSkimm.

- Volledig natuurlijke & schermvrije Tactile Guidance?
- Korte oefeningen van 2-3 minuten tot lange 30 minuten
- Optische PPG-sensor om hartslag (HR) en afgeleiden te meten
- Krijg realtime biofeedback en zie het effect op HR en HRV
- Vier verschillende vooraf ingestelde ademhalingsoefeningen
- Stel je eigen ademhalingsfrequentie in
- Toegang tot audiogidsen en educatieve inhoud
- Hoogwaardige, ergonomische vormgeving
- Batterijduur van twee uur
- Oplaadbaar, geen extra batterijen nodig
- Magnetische, afneembare oplaadkabel
- Biocompatibele, medische kwaliteit siliconen behuizing

Wat is inbegrepen?

- 1x moonbird ademhalingscoach
 - 1x oplaadkabel
 - 1x beschermhoes
 - 1x fysieke handleiding
 - Levenslange gratis toegang tot de moonbird app
- Hoe werkt moonbird?** Langzaam ademen, tot ongeveer 6 ademhalingen per minuut, activeert de natuurlijke ontspanningsreactie van het lichaam. Moonbird is een draagbare ademhalingscoach die de gebruiker begeleidt via Tactile Guidance?. Voel de beweging in je hand en adem mee: adem in wanneer het apparaat uitzet, adem uit wanneer het samentrekt. Koppel met de app om de impact op je lichaam te zien. Bij inademing gaat je hartslag omhoog, bij uitademing gaat je hartslag omlaag. Dit effect wordt sterker bij het beoefenen van diepe ademhalingsoefeningen. Zie hoe je algehele HRV verbetert met regelmatige oefening. Wanneer en waar gebruik ik moonbird? Tussen twee vergaderingen, in verkeersopstoppen, in bed. Jij bepaalt waar en wanneer je een pauze neemt. **OPMERKING:** Voor optimale resultaten raden we aan om dagelijks te oefenen gedurende de eerste 2-3 weken. Begin met kortere oefeningen en verleng de sessieduur geleidelijk.

Extra Informatie

Productnummer	moonbird
Merk	Geen merk beschikbaar