

Тренажер для лица MTG PAO



Руководство пользователя



Привет!

В моих повседневных тренировках есть одна область тела, которая не была задействована, – мои мышцы лица. Пока я не обнаружил тренажер PAO.

Просто удерживая этот уникальный тренажер во рту и ритмично покачивая, вы можете тренировать мышцы на лице, естественным образом повышая тонус мышц.

Уникальный тренажер PAO создан для увлекательных тренировок вашей улыбки.

Криштиану Роналду

Футболист мирового класса родом из Португалии. Криштиану широко известен не только своими футбольными навыками, но и как трудолюбивый спортсмен, который поддерживает свое телосложение ежедневными изнурительными тренировками.

Бывший игрок "Манчестер Юнайтед", в настоящее время он играет за "Реал Мадрид".

Тренируйте мышцы лица, чтобы создать юношескую улыбку!

Представляемый тренажер является лидером по созданию красивейшей улыбки и тренировки мышц лица. Лучшие эксперты принимали участие в его разработке. Каждый день ритмично тренируйте мышцы лица для счастливой и яркой улыбки.

Упражняйтесь для красивой улыбки



Ежедневные тренировки улучшают лицо



Тренируйтесь с удовольствием, и улыбка станет ярче



Хорошая тренировка омолаживает лицо и улучшает улыбку



Для задорной улыбки давайте
укрепим мышцы лица!



Тренировка мышц лица заключается в 3 важных моментах.

Момент 1. Носогубные мышцы

Слабо выраженные носогубные складки около рта создают впечатление молодости. Большие и малые скуловые мышцы принимают в этом активное участие.

Момент 2. Линия лица

Кожа на скулах натянута и во время улыбки остается гладкой. Этому способствуют упругие мышцы. Сделать мышцы лица упругими помогут регулярные тренировки.

Момент 3. Уголки губ

Когда уголки губ с обеих сторон рта направлены вверх, появляется задорная, красивая улыбка. Тренируйте мышцы лица, и вы всегда будете красиво улыбаться.

Начните свой день с 30-секундной разминки лица.

Ритмично, в удовольствие, танцуйте каждый день. Во время танца качайте головой, чтобы тренажер пришел в движение и начал укреплять мышцы вашего лица.

1. Всего 30 секунд ежедневно.
2. Вырабатывается новая привычка.

30 секунд, два раза в день!

Порядок выполнения упражнений

1. Открыть рот.
2. Вставить мундштук.
3. Двигать головой вверх-вниз для раскачивания концов тренажера.
4. Выполнять два раза в день по 30 секунд.

Наблюдайте за своей улыбкой, стоя перед зеркалом, и отмечайте, как она меняется раз за разом, от тренировки к тренировке.

Каково значение мышц для сохранения молодости?

Привычные меры, такие, как косметика и массаж, не могут восстановить упругость мышц, которые формируют выражение вашего лица. Тренируя мышцы вокруг рта, вы можете сосредоточиться на уходе за теми участками лица, которые имеют тенденцию показывать первые признаки старения, такие как линии смеха, контуров лица и углов рта.

Необходимо тренировать мышцы вокруг рта, которые проявляют явные признаки старения.

На лице приблизительно 40 мышц, и около 70% из них не используются в течение дня. Неиспользованные мышцы могут стать слабыми и в конечном счете провиснуть. В частности, мышцы, которые образуют нижнюю половину лица, имеют тенденцию оседать и показывать признаки старения. Тем не менее мышцы лица можно натренировать в любом возрасте. Вы можете придать необходимую молодость мышцам вашего лица.



Эти противовесы обеспечивают упругие колебания концов тренажера. Создатели этого тренажера нашли самое эффективное решение для укрепления лицевых мышц – удерживать его во рту и заставляя колебаться противовесы одновременно с двух сторон.

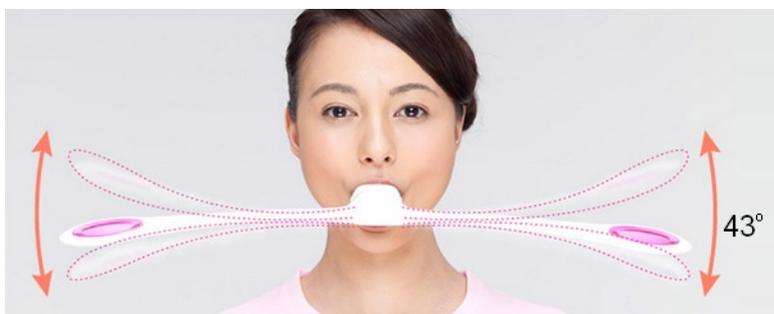
Три технологии тренажера PAO

При разработке тренажера PAO мы обращались к законам физики и эргономики, которые обеспечили эффективную тренировку мышц вокруг рта. Тренажер PAO имеет три уникальные технологии, которые позволяют обеспечивать полную и целенаправленную тренировку лицевых мышц при удерживании и раскачивании тренажера ртом.



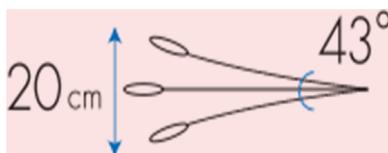
Технология 1. Резонансное движение

Просто кивните головой, и противовесы начнут раскачиваться на обоих концах тренажера PAO. Секрет заключается в физике резонанса, частота собственных колебаний должна соответствовать частоте "вынуждающей силы". Двигайте головой верх-вниз и получите нагрузку на лицевые мышцы.



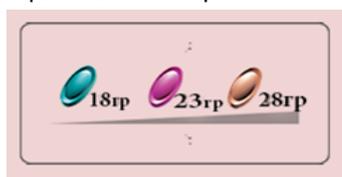
Когда частота движений головы совпадает с частотой собственных колебаний противовесов тренажера, возникает резкое увеличение амплитуды колебаний противовесов на концах тренажера.

Оптимальным колебанием считается, когда концы тренажера колеблются с амплитудой 20 см или угол между верхним и нижним положением составляет 43°. Такие колебания обеспечивают стабильную нагрузку на мышцы лица.



Технология 2. Правильные пропорции

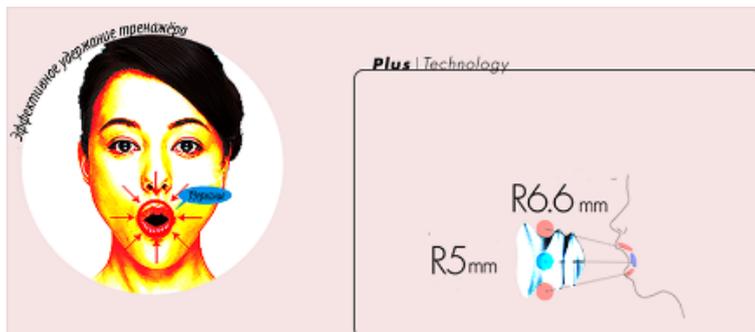
Мундштук обеспечивает расстояние между тренажером и вашими губами в 30 мм, что обеспечивает большую нагрузку на лицевые мышцы.



Для выбора оптимальной нагрузки в комплект входит три разных противовеса: 18 г, 23 г, 28 г. Выберите противовес, соответствующий вашим требованиям.

Технология 3. Балансировка

Учитесь держать тренажер только губами для получения оптимальной нагрузки на мышцы лица. Это позволит более интенсивно тренировать мышцы вокруг рта и получить красивую улыбку.



Учитесь управлять усилиями губ во время занятий.

Удовольствие продолжается!

Танцуйте и получайте удовольствие от занятий с тренажером РАО, при этом мышцы вашего лица самопроизвольно будут укрепляться. Делайте это каждый день, и вскоре вы почувствуете, как ваши мышцы стали упругими, исчезли морщинки, уменьшилась носогубная складка и теперь вы выглядите моложе.

Появилась новая забава! Качающийся



тренажер вызывает любопытство окружающих, и они берут с вас пример.

Занимайтесь два раза в день по 30 секунд, получайте удовольствие и веселитесь.

Тренажер симметричен

Левая и правая его половины качаются одинаково, они одинаково тренируют мышцы левой и правой половины вашего лица.

Характеристики

	Тренажер для лица	
Наименование		
Номер детали	FF-PO1858F-W(белый) FF-PO1858F-N (черный)	
Размер	540 мм x 65 мм x 35 мм	
Материал	Термопластичный полиуретан, нержавеющая сталь, поликарбонат + ABS-смолы	
Наименование	Мундштук	
Размер	43 мм x 36 мм x 40 мм	
Материал	Термопластичный эластомер	
Наименование	Противовес	
Размер	61 мм x 28 мм x 10 мм	
Материал	Цинк, ABS-смолы	
Наименование	Сумка	
Размер	118 мм x 600 мм	
Материал	Полиэстер	

Меры предосторожности

- Не позволяйте детям играть с тренажером, они могут навредить себе.
- Не мойте тренажер в посудомоечной и стиральной машине.
- Не помещайте тренажер в открытый огонь.
- Выполняйте регулярную дезинфекцию мундштука, протирая его спиртосодержащим раствором.

Не занимайтесь дольше рекомендованного времени.