

# Zu schön, um wahr zu sein?

## Die HYPOXI-Methode verspricht eine gezielte Figurformung

**BAYREUTH. So verschieden die Meinungen der Menschen oft sind, in einem Punkt sind sich doch fast alle einig: ein paar Kilo könnten schon runter – am liebsten natürlich an den richtigen Stellen.**

Was haben wir nicht schon alles ausprobiert, jede neue Wunderpille geschluckt, Diäten durchgehalten, mehr Sport getrieben, Fette oder Kohlenhydrate weggelassen – und doch ist der Erfolg meist nur von kurzer Dauer. Und dann ist er wieder da, der gefürchtete Jo-Jo-Effekt und mit ihm die lästigen Pölsterchen. Mittlerweile sind viele zu der richtigen Erkenntnis gelangt, dass auf Dauer nur eine gesunde Ernährung und Sport helfen, das Gewicht im normalen Bereich zu halten. Doch das heißt nicht automatisch, dass man auch mit seiner Figur zufrieden ist. Jeder, der schon einmal eine Diät gemacht hat, wird bestätigen, dass sich eine Gewichtsabnahme zuerst im Gesicht und am Oberkörper bemerkbar macht. Erst danach geht es auch an den Stellen, an denen wir eigentlich abnehmen wollten, vorwärts – und das auch nur sehr schleppend. Auch ich kann ein Lied davon singen, die vielen Grillabende und Feste im Sommer haben ihre Spuren hinterlassen – und zwar direkt auf Bauch, Beinen und Po. Da kam die Einladung zu einer kostenfreien Probebehandlung im HYPOXI-Studio Bayreuth gerade recht.

### Eintreten und wohlfühlen

Ich bin von Natur aus ein neugieriger, leicht zu begeisternder, aber auch skeptischer Mensch, und so bin ich mit gemischten Gefühlen in

dem modernen Studio in der Spinnereistraße in Bayreuth erschienen. Doch jeder Zweifel war bei der herzlichen Begrüßung der beiden Inhaber Tina Hofmann und Kirk Israel erst einmal vergessen. In den hellen, freundlichen Räumen und bei der familiären Atmosphäre fühlt man sich sofort wohl.

### Figurformung und Hautstraffung

Nach einem kurzen Infofilm über HYPOXI erklärt mir Kirk Israel noch einmal persönlich die Methode: „Bei HYPOXI geht es um gezielte Figurformung und Hautstraffung und zwar genau an den ‚Problemzonen‘. Eine zentrale Rolle spielt dabei die Durchblutung. Unser Organismus baut Fett immer zuerst an den gut durchbluteten Körperstellen ab, da Fettsäuren nur über den Blutkreislauf transportiert und als Brennstoff in den Muskeln genutzt werden können. Daher verschwinden die ‚Pölsterchen‘ an den schlecht durchbluteten Partien des Unterkörpers schlecht bis gar nicht – weder durch Hungerkuren noch durch intensives Training.“ Soweit klingt das für mich logisch und nachvollziehbar.

### Die drei Quellen

„Das HYPOXI-Training beruht auf der innovativen Anwendung bewährter Heilverfahren und Trainingsansätze, die weiterentwickelt wurden, so dass sie gezielt zur Bekämpfung von Problemzonen eingesetzt werden können“, so Kirk Israel weiter. „Das Geheimnis ist eine Kombination aus Druckwechsel-Therapie und moderatem Fettverbrennungstraining. Während der körperlichen Aktivität wirkt abwechselnd Unter- und Überdruck

gezielt auf das Gewebe ein, in dem sich hartnäckiges Fett eingelagert hat. So werden diese Körperpartien intensiv durchblutet, wodurch der Abtransport von überschüssigem Fett beschleunigt wird. Neben dieser gezielten und dauerhaften Umfangsreduktion im Bereich der Problemzonen wird durch eine Vakuum- und Kompressionsmethode außerdem noch die Haut gestrafft.“ Für mich klingt das tatsächlich zu schön um wahr zu sein, und als Kirk Israel mir außerdem noch von jeder Diät abrät und – im Gegenteil – auch noch empfiehlt, mich zwar gesund und ausgewogen zu ernähren, aber auf keinen Fall zu hungern, ist meine Neugier endgültig geweckt und ich freue mich auf den „praktischen Teil“.

### Glatte, schöne und straffe Haut

Zuerst geht es dem oft schwachen Bindegewebe an den Kragen. Dafür muss ich einen Anzug anziehen, der über verschiedene Schläuche mit dem HYPOXI-Gerät verbunden ist. Die Luft wird dann komplett herausgesaugt, so dass der Anzug ganz eng an meinem Körper anliegt. Im Wechsel zwischen Über- und Unterdruck wird meine Haut nun angesaugt und dann wieder losgelassen – und das alles auf

einer wirklich bequemen Liege. Hier könnte ich stundenlang liegen und entspannen, aber nach 30 Minuten ist es leider vorbei.

### Schlanke Beine, knackiger Po

Nun muss ich mich doch noch bewegen, doch das tut nach dem Liegen gut und ist alles andere als anstrengend. Ebenfalls in liegender Position absolviere ich ein leichtes Ergometertraining, das meinen Fettstoffwechsel auf Touren bringen soll. Für die intensive Aktivierung der Problemzonen befinden sich Gesäß und Oberschenkel dabei in einer luftdichten Wechseldruck-Kammer, die dafür sorgt, dass die Durchblutung extrem angeregt wird. Ein Temperaturfühler an meinem Oberschenkel bestätigt, dass meine Hauttemperatur in dem rund 25-minütigen Training tatsächlich um gut 5 Grad angestiegen ist.

### Selbst testen beseitigt die Zweifel

Nach der Probebehandlung kann ich sagen, dass man sich im HYPOXI-Studio Bayreuth wirklich gut aufgehoben fühlt. Die beiden In-



Die modernen Geräte im HYPOXI-Studio Bayreuth sollen gezielt die Problemzonen an Bauch, Beinen und Po bekämpfen.



Stefanie Meister von der Bayreuther Sonntagszeitung hat eine Probebehandlung im HYPOXI-Studio Bayreuth absolviert. Foto: Kirk Israel

haber Tina Hofmann, Arzthelferin, Krankenschwester, Diätassistentin und HYPOXI-Coach und Kirk Israel, Krankenpfleger, Diplom-Pflegewirt und HYPOXI-Coach sind sehr um das Wohlbefinden ihrer Kunden bemüht und stehen jederzeit mit Rat und Tat für alle Fragen zur Verfügung. Ob die HYPOXI-Methode funktioniert, kann ich nach der Probebehandlung natürlich noch nicht beurteilen – aber ich will es herausfinden. Und ich werde alle Leser der Bayreuther Sonntagszeitung, die neugierig geworden sind,

auf dem Laufenden halten. Auf unserer Gesundheitsseite finden Sie also in den nächsten 12 Wochen jeweils einen Bericht darüber, wie meine Woche verlaufen ist und ob es schon Fortschritte gibt. Seien Sie gespannt, ich bin es auch. sm

### Weitere Informationen

HYPOXI-Studio Bayreuth  
Spinnereistraße 5a, 95445 Bayreuth  
Telefon 09 21 / 16 27 61 95  
[www.hypoxistudio-bayreuth.de](http://www.hypoxistudio-bayreuth.de)

Foto: red