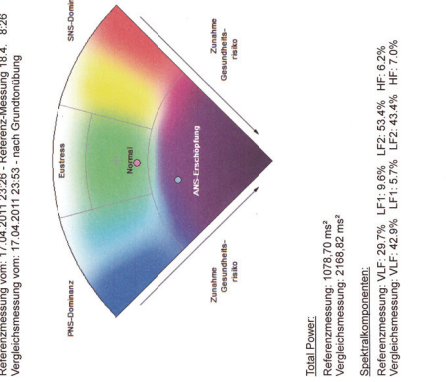


Mittelwert HR
Referenzmessung: 77,7 bpm
Vergleichsmessung: 72,6 bpm
Das Messergebnis spiegelt den momentanen energetischen Zustand Ihres Körpers wieder.
Wir weisen darauf hin, dass die Messung nicht den Arztbesuch ersetzen kann!



Mittelwert HR
Referenzmessung: 107,870 ms²
Vergleichsmessung: 2168,82 ms²

Spektralkomponenten:
Referenzmessung: VLF: 29,7% LF: 6,9% LFz: 63,4% HF: 6,2%
Vergleichsmessung: VLF: 42,8% LF: 5,7% LFz: 43,4% HF: 7,0%

Spektralkomponenten: Bandbreite Systemmittel des ANS
VLF (Very low frequency) 0,03-0,04 Hz: Hypothalamus-Hypophysenachse
LF (Low frequency) 0,04-0,15 Hz: vegetatives Zentrum
HF (High frequency) 0,15-0,4 Hz: Parasympathikus

Das Messergebnis spiegelt den momentanen energetischen Zustand Ihres Körpers wieder.
Wir weisen darauf hin, dass die Messung nicht den Arztbesuch ersetzen kann!

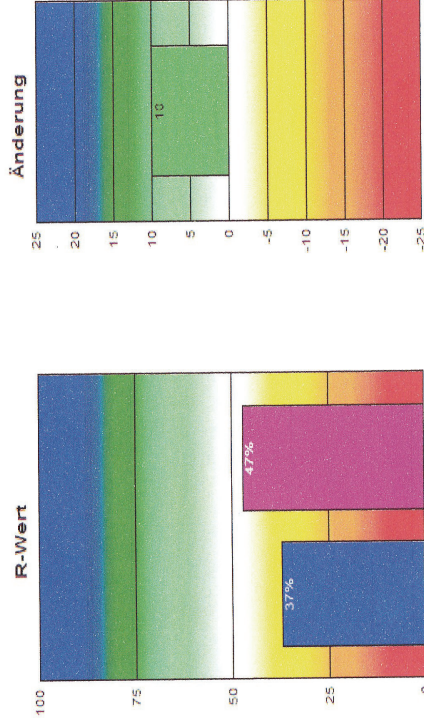


Mittelwert HR
Referenzmessung: 77,7 bpm
Vergleichsmessung: 72,6 bpm
Das Messergebnis spiegelt den momentanen energetischen Zustand Ihres Körpers wieder.
Wir weisen darauf hin, dass die Messung nicht den Arztbesuch ersetzen kann!



Das Messergebnis spiegelt den momentanen energetischen Zustand Ihres Körpers wieder.
Wir weisen darauf hin, dass die Messung nicht den Arztbesuch ersetzen kann!

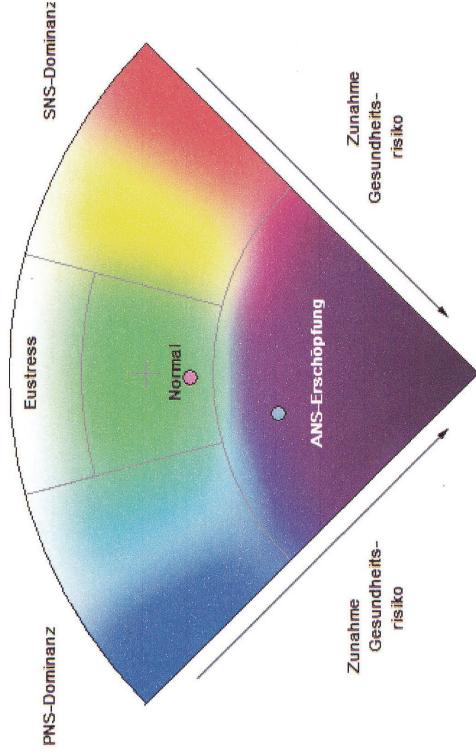
Herzvariabilitätsmessung HRV vor und nach der NadaBrahma-Grundtonübung



Bei gesunden Menschen sollte der Wert bei ca. 50 liegen, bei der Testperson lag er vor der Übung noch bei 37

(Gesundheitsrisiko), aber nach nur 10 Minuten Übung erhöhte sich der

Bei gesunden Menschen sollte der Wert in der Mitte liegen, je mehr Abweichung nach links oder rechts desto größer das Gesundheitsrisiko, vor der Übung aus der Balance (26), nach nur 10 Minuten Übung fast perfekt (2).



Bei gesunden Menschen sollte der Wert im grünen Bereich liegen. Vor der Übung war die Testperson jedoch im Erschöpfungsbereich, was ein deutliches Gesundheitsrisiko bedeutet, nach nur 10 Minuten Übung war das Gesundheitsrisiko zur Gänze verschwunden, denn der Wert pendelte sich im Normalbereich (grün) ein.

	Referenzmessung	Vergleichsmessung
Physikalischer Stress	geringe adaptive Reserve	Normalbelastung
Mentaler Stress	Normalbelastung	Normalbelastung
Stoffwechsellage	tendenziell anabol	Ausgeglichen
Zellulärer Altersindex	Zellalterung beschleunigt	Zellalterung beschleunigt
Gesundheitsrisiko	erhöht	unauffällig

Übersicht von verschiedenen Messungen. Im Zellulärbereich kann eine Verbesserung erst nach längerem Üben festgestellt werden.