Calendario de entrenamiento
Válvulas IMT

Ejemplo de diario de entrenamiento: en este ejemplo, el ajuste de carga 1 fue el máximo que se pudo mantener durante 30 respiraciones durante la semana 1 de entrenamiento

Semana N°	Day 1		Day 2		Day 3		Day 4		Day 5		Day 6		Day 7	
1	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración
Mañana	NV	30	NS	30	0	30	0	30	0	30	1	30	1	30
Noche	NV	30	NS	30	0	30	0	30	0	30	1	30	1	30

Nota solo para usuarias de Medic Plus: Si su condición requiere que entrene con una configuración de carga inferior a "0", como se muestra en la tabla de rango de selección de carga en el manual del usuario, le sugerimos que se refiera a la opción "Sin srping" como NS y / o la opción de ensamblaje de resorte y sin válvula como NV cuando complete el diario de entrenamiento, como está mostrado en el ejemplo anterior.

Tabla 2: Registre la carga de entrenamiento en su dispositivo y la cantidad de respiraciones de sus sesiones de entrenamiento a continuación:

Semana N°	Day 1		Day 2		Day 3		Day 4		Day 5		Day 6		Day 7	
	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración
Mañana														
Noche														

Semana N°	Day 1		Day 2		Day 3		Day 4		Day 5		Day 6		Day 7	
	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración
Mañana														
Noche														

Semana N°	Day 1		Day 2		Day 3		Day 4		Day 5		Day 6		Day 7	
	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración	Carga	Duración
Mañana														
Noche														

© POWERbreathe Holdings Ltd. E & OE 07/2015 ENG V1.1