



Resultaat

Van de cliënten die daadwerkelijk met de Energy Control methode aan de slag gaan voelt meer dan 95% zich binnen 6 weken al fitter. Cliënten, die na de periode van intensieve begeleiding, de training continueren kunnen binnen één jaar hersteld zijn.

Veel deelnemers hebben hun doelen intussen bijgesteld en doen zelfs weer actief aan sport.

Energy Control biedt u unieke programma's met als effect een beter herstel, balans en stimulatie van uw energiehuishouding.

Het Energy Control training en therapie centrum bezit tevens expertise op het gebied van diabetes type 2, COPD, ernstig overgewicht en overtraindheid.

Bewegen helpt, mits u accepteert dat uw aanvangsbelastbaarheid laag is en dat voldoende rust minstens zo belangrijk is.

Voorkomen is beter dan genezen...

Energy Control Meeden doet het allebei.

De activiteiten van Energy Control centrum Meeden zijn gericht op behandeling bij:

- chronische vermoeidheid bij CVS / ME / Fibromyalgie
- burn-out klachten
- vermoeidheid na kanker
- hart- / longrevalidatie / COPD
- ernstig overgewicht (obesitas)
- diabetes type 2
- begeleiden van (top)sporters

Energy Control Meeden biedt:

- diagnostiek bij 'fysieke' klachten
- onderzoek
- meten en testen
- training en therapie
- coaching
- advisering
- ademtherapie
- begeleiding
- preventie
- observatie
- geschoolde medewerkers
- kwaliteitsbewaking
- hoge score



Informeer bij Gezondheidscentrum Provitaal naar de mogelijkheden voor vergoeding door uw zorgverzekeraar.

Provitaal
Gezondheidscentrum

Meidoornlaan 2
9651 AX Meeden
Tel / fax: (0598) 61 31 72
Website: www.provitaal.nl
www.altijdmoe.nl
E-mail: info@provitaal.nl



Chronisch vermoeid?

Burn-out?

Vermoeidheid na kanker?

Herstel na hartklachten?

Altijd moe?

COPD?

Diabetes type 2?

Ernstig overgewicht?

Energy Control is het speciale doelgroep trainings- en therapieprogramma van het

Provitaal
Gezondheidscentrum

UITGETELD... OPGEBRAND... AFGEKNAPT...
ROOFBOUW GEPLEEGD... WERKDRUK...?

De oplossing...? ENERGY CONTROL

Mensen die door diverse oorzaken aan het eind van hun latijn zijn, kunnen bij ons terecht om via een aangepast trainings- en therapieprogramma hun energieniveau te herstellen.

In het medisch trainingscentrum van ons centrum zijn wij begin 2004 gestart met het Energy Control programma. Hierin worden medisch- wetenschappelijke en sportfysiologische principes bijeengebracht, om zo iedereen die dat wil weer in goede conditie te krijgen. Het is onze visie dat de energie huishouding volledig is ontregeld bij mensen die lijden aan (onverklaarbare) vermoeidheid.

Een verstoord ademhalingspatroon met een te snelle ademhaling houdt deze ontregeling in stand.

Een bezoek aan Energy Control geeft inzicht in de klachten en biedt oplossingen. Doorbreek de vicieuze cirkel en leg u niet neer bij uw vermoeidheid.

Energy Control is beter meten voor trainen en therapie op maat!

Een actief, energiek leven is geen utopie

- Bij Energy Control brengen we de lichamelijke klachten in kaart en bieden persoonlijke oplossingen.
- Stress, in welke vorm dan ook, heeft zijn weerslag op het lichaam. Het verstoorde ademhalingspatroon met de te snelle ademhaling zorgt ervoor dat het lichaam in de hardwerkstand of vecht/vluchtstand gaat en blijft staan terwijl er geen grote inspanningen worden verricht. Het geeft een gevoel alsof het lichaam in de hoogste versnelling staat met de handrem erop. Onrust, een hoge hartslag en misschien wel het meest schadelijke, een verkeer-

de verbranding zijn het gevolg. De bloedvaten vernauwen zich, met name in de hersenen en hartstreek en er ontstaan klachten zoals concentratie-problemen, hoofdpijn, vermoeidheid, spierpijn, een onrustig opgejaagd gevoel en een versnelde, soms onregelmatige hartslag.

In relatie met de spijsvertering valt vaak een opgeblazen gevoel op.

- Mensen met een te hoge ademhalingsfrequentie zijn de hele dag bezig met het uitputten van hun energievoorraden, zowel in rust als bij inspanning. Geen wonder dat men moe en uitgeput wordt en spierpijn krijgt.
- Een lichaam in rust verbrandt normaliter vet, maar doordat het lichaam een versnelde ademhaling opvat als teken van verhoogde paraatheid gaat het over op de verbranding van glucose opgeslagen in de spieren. Een continue glucose verbranding zorgt dus voor fysieke uitputting en bovendien voor verzuring van de spieren. Dit verklaart de spierpijn waaraan veel mensen met vermoeidheidsklachten lijden. Verder is voor de hersenen glucose de enige brandstof. Uitputting van de glucosevoorraad heeft dus ook daar haar weerslag.

De 'Co2ntrol'

Het meetinstrument de 'Co2ntrol' met bijbehorende software maakt het mogelijk voor iedereen een trainings- en therapieprogramma samen te stellen, gebaseerd op de persoonlijke testwaarden. Deze testwaarden zijn normaliter alleen onder laboratoriumomstandigheden te meten. De therapeuten, die in ons medisch trainingscentrum in Meeden de Energy Control training en therapie verzorgen, zijn daar speciaal voor opgeleid!



Methode

Iedereen die een test komt doen zal uitgebreid de tijd krijgen om rustig te vertellen wat de klachten zijn.



Velen hebben al meerdere malen gezocht naar een oplossing en wij zullen dan ook helder uitleggen wat we gaan doen en wat er verwacht kan worden door middel van een uitgebreide bespreking van de vragenlijsten gevolgd door diverse metingen en de belastbaarheids / inspanningstest met behulp van de 'Co2ntrol'.

Aan de hand van alle verzamelde gegevens wordt uw persoonlijk trainingsschema opgesteld en wordt u vervolgens onder professionele begeleiding gecorrigeerd, gemotiveerd en waar nodig afgeremd.

Als cliënt vult u periodiek de checklist in, en wordt u gecontroleerd door middel van de 'Co2ntrol'. Als dat wenselijk is wordt er verwezen en/of samengewerkt met andere disciplines, zoals manueel therapeut, (orthomoleculaire) voedingsdeskundigen, mental coach, maatschappelijk werk, huisarts, bedrijfsarts of verzekeringsarts.