





# Structuur



## Health Mate<sup>®</sup> SAUNA

- **Focus op therapeutische**
  - Juiste hout
  - Minimum aan glas
  - Juiste golflengte
  - Lage EMF
- **Focus op kwaliteit**
  - Hout
  - Constructie
  - Laag verbruik

## TECOLOY ELEMENT

- **Opbouw element**
- **Lange golf vs korte vs traditionele sauna en midden golf**
- **EMF**

## EFFECT OP HET LICHAAM

- **De werking van lange golf op het lichaam**
  - Goede doorbloeding
  - Hartslag in de conditiezone
  - Detox
- **Rode man**
  - Toegepast per doelgroep
- **Wetenschappelijk bewijs**

## WAAROM EEN Health Mate<sup>®</sup>?

- **Levenslange garantie**
- **Gepatenteerde unieke Tecoloy elementen**
- **Laag elektromagnetisch veld**
- **Lage energieconsumptie**
- **All-in prijs**

# Health Mate<sup>®</sup>

## De therapeutische infraroodsauna

Health Mate focust op het therapeutische effect en kwaliteit

- Tecoloy elementen
  - Lange golf infrarood
  - Lage EMF
  - Laag energieverbruik
  - Geen risico op interne brandwonden
- Kwalitatief hout
  - 90+% IR reflectie
  - Water resistentie
  - Schimmel resistentie
- Een minimum aan glas zodat warmte en infrarood binnen blijft
- Kleur LED lamp



# Health Mate sauna opbouw

Health Mate is één van de enige Infrarood Sauna merken die de sauna's maken in de eigen fabriek.

Daarom kunnen wij levenslange garantie aanbieden; eerste 2 jaar zijn volledig gratis, daarna mits vervoersbijdrage (huidig 50€):

- IR elementen
- LED lamp
- Voeding
- Bedieningspaneel





# Health Mate sauna opbouw

## IR reflectie

- IR wordt in hout geabsorbeerd door lignine en daardoor voelt het hout warm aan, lignine is als een soort lijm dat de houtcellen bijeen houdt. Wij gebruiken enkel hout met minder dan 30-35% lignine.
- Glas laat IR 100% door waardoor de gebruiker enkel profiteert van de IR stralen die rechtstreeks op hem botsen.

Een IR straler straalt altijd in 360°, veel IR stralen worden dus niet rechtstreeks naar de gebruiker gestraald. Daarom werkt Health Mate met hout dat IR golven niet absorbeert maar weerkaatst en gebruiken we een minimum aan glas. Eigenlijk blijven de golven dus rondgaan in de cabine tot ze geabsorbeerd worden.

## Warmte

- Glas is een koudebrug wat ervoor zorgt dat de cabine niet zo warm kan worden, en/of meer energie nodig heeft om op een temperatuur te komen en blijven.

Het opwarmen van de sauna en op temperatuur houden vraagt energie. Om zo energie efficiënt mogelijk te zijn, werkt Health Mate met dubbele wanden en zo weinig mogelijk glas.



# Health Mate sauna opbouw

## Kromtrekken

- Health Mate gebruikt enkel hout dat een heel kleine krimpfactor heeft bij verschil in vochtigheid en temperatuur.

Hout zal altijd "leven" bij een verandering in temperatuur en vochtigheid zal hout doen krimpen of uitzetten. Health Mate werkt enkel met hout waar dit effect beperkt is. Om het klein beetje verschil dat je nooit kan elimineren op te vangen werkt Health Mate met een click systeem. Dit zorgt voor een stevige sauna die nog een beetje kan leven.

## Licht

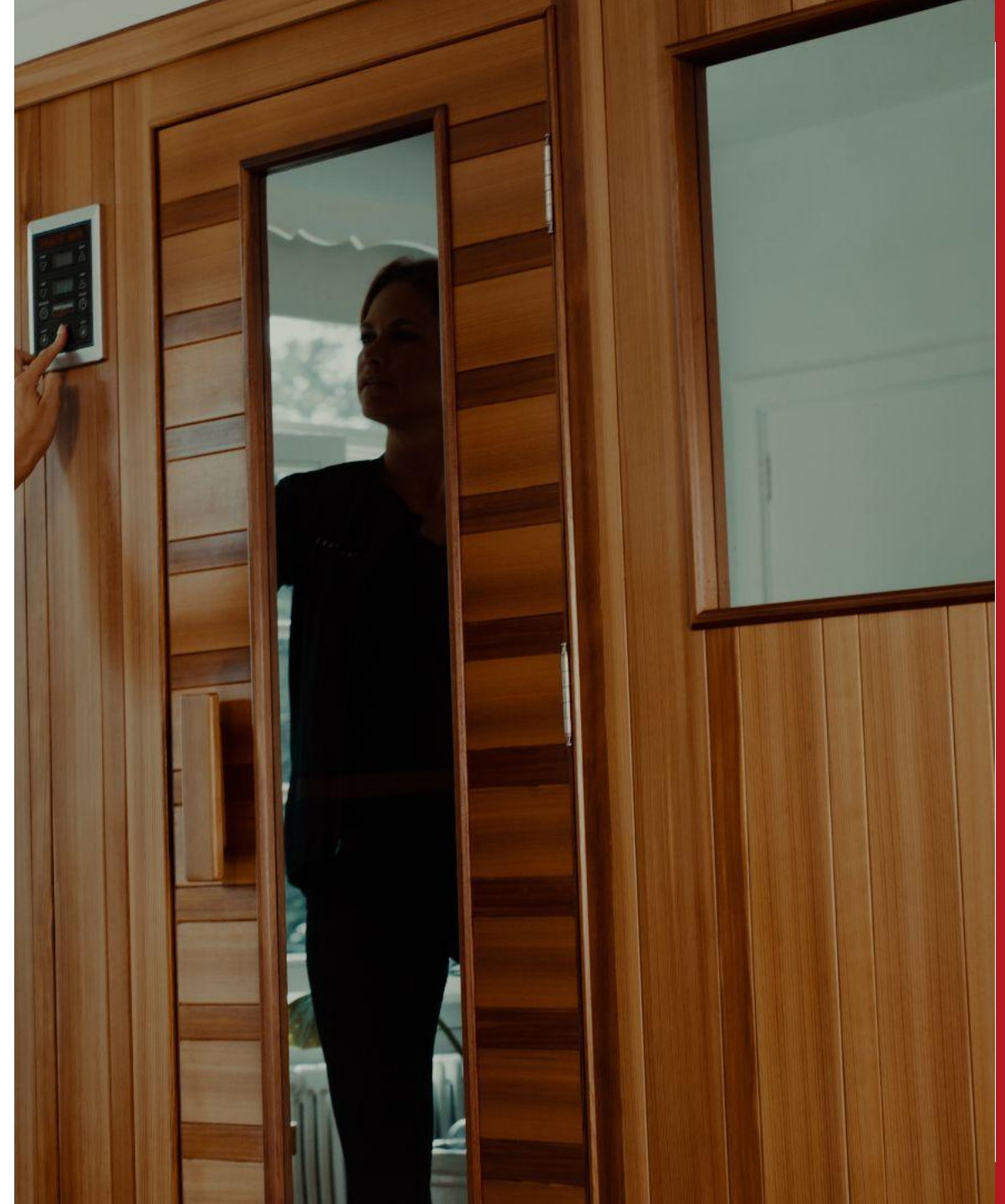
- We werken met kwaliteitsvolle LED panelen die de gebruiker toelaten om de lichtkleur en intensiteit naar zijn voorkeur in te stellen.

# Health Mate sustainability

## Duurzaam gekapt hout

- Canadese rode ceder (PEFC-keurmerk).
- Meranti lokaal verantwoord gekapt hout.

Herkeuring; bij de aankoop van een 2<sup>de</sup> hands cabine (niet ouder dan 15 jaar) kan de nieuwe eigenaar zijn of haar cabine laten herkeuren en levenslange garantie krijgen. Health Mate biedt deze service als enigste op de markt aan.





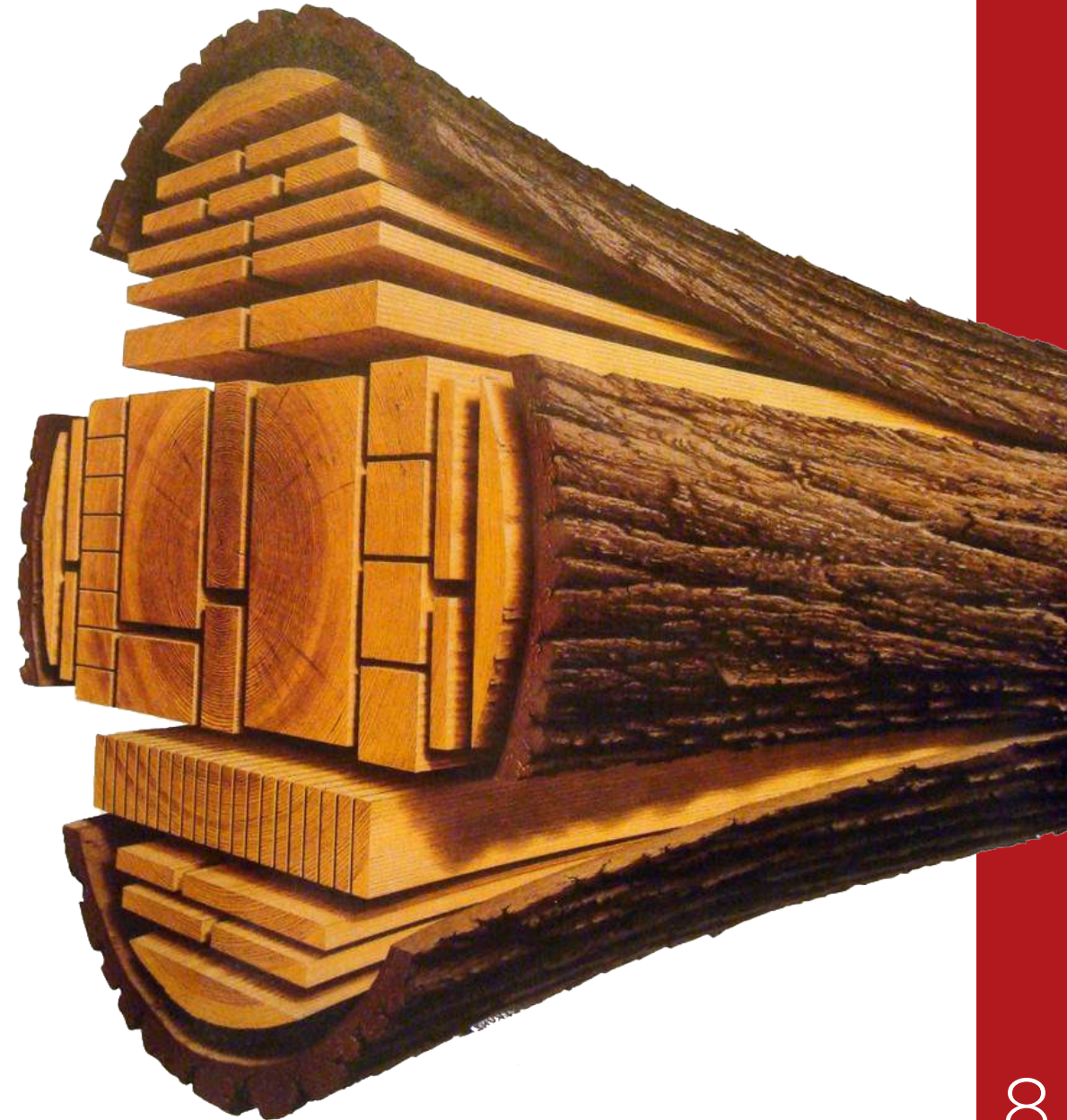
# Rode Ceder Vs Meranti

## Rode Ceder:

- Prijs is 500% gestegen laatste jaren
  - In Canada zijn er tijdens corona zagerijen failliet gegaan.
  - Er is hetzelfde gebeurd als in de eventsector; de houtkappers hebben een andere, veiligere job gevonden.
  - Dit zorgt voor een permanente verminderde aanvoer.
- Heeft unieke eigenschappen
  - Laag gehalte lignine = +90% reflectie IR.
  - Harshoudend
    - Geur
    - Anti-bacterieel en anti-schimmel

## Meranti

- Lokaal hout
- Laag gehalte lignine= +90% reflectie IR
- Hard hout
  - Minder kras- en deuk gevoelig
  - Wordt ook gebruikt voor ramen







**Tecoloy element**



# Gebruik de juiste golflengte

## Korte golf, IR-A (750 nm-1.400 nm):

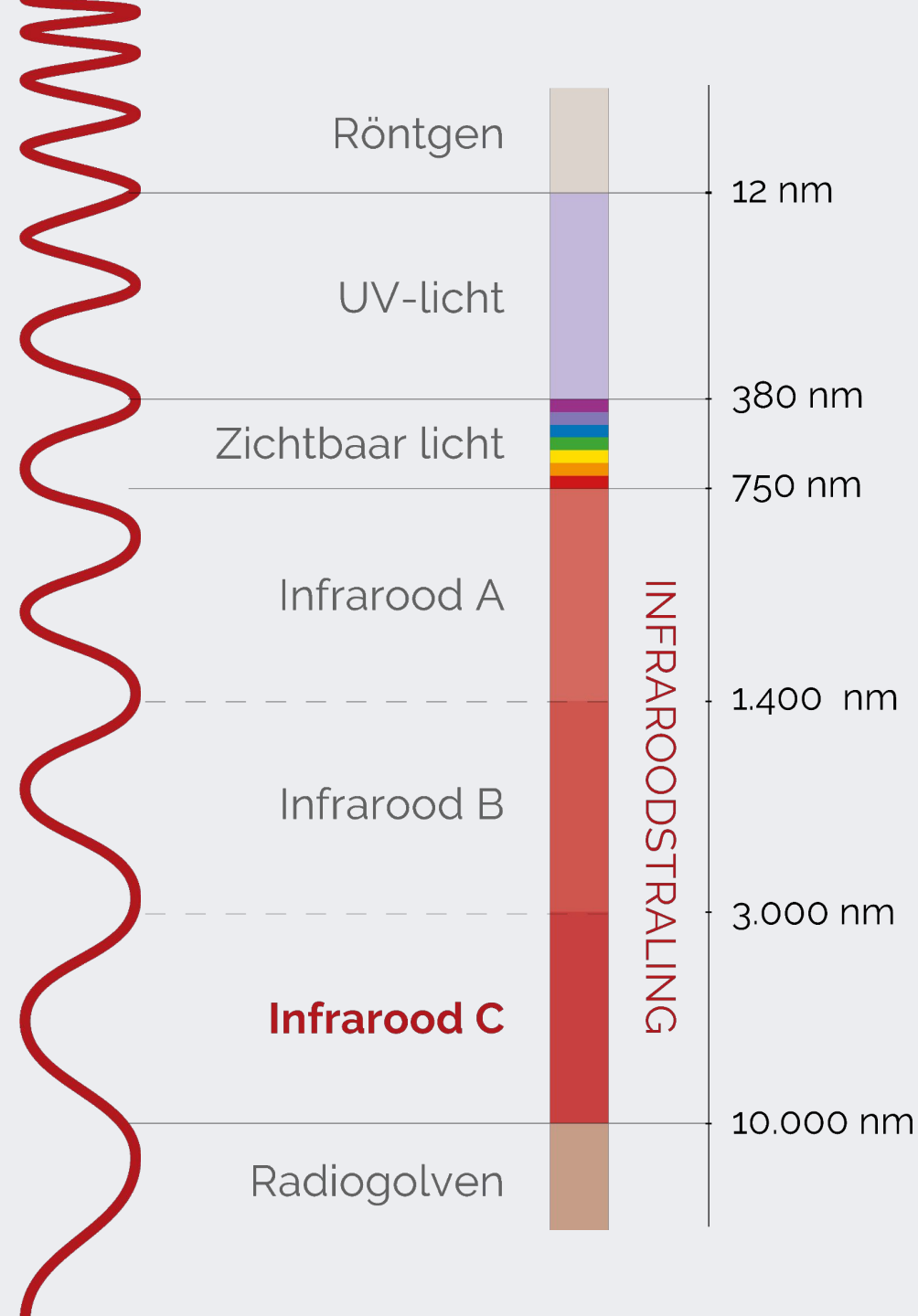
Hoogenergetische golf die het diepst in het lichaam doordringt. Echter is dit ook een gevaarlijke golf en mogen mensen hier maximaal 10-15 min voor zitten, als ze er langer voor zitten kan dit resulteren in interne brandwonden en schade aan de huid. Bovendien mogen mensen met prothesen of interne bouten, plaatjes, ... hier geen gebruik van maken.

## Midden lange golf, IR-B (1.400 nm-3.000 nm):

Is eerder een warmte overdragende golf, deze zal lokaal opwarmen. Met dit type van straling ga je eerder een warmtecabine creëren (zoals een Finse sauna) zonder de therapeutische voordelen van de lange golf. Als mensen hier te lang voor zitten, kan lokaal de huid zo warm worden dat er interne brandwonden ontstaan.

## Lange golf, IR-C (3.000 nm-10.000 nm):

Deze golven zijn schadeloos voor het lichaam. Ze worden geabsorbeerd en omgezet in warmte in het lichaam. Het menselijk lichaam straalt zelf energie uit in de vorm van infrarood (met een piek rond de 9.000 nm (nm=nanometer)). Verschillende studies hebben aangetoond dat het effect van IR op het lichaam groter is naargelang je dichterbij de 9.000 nm zit.



# Tecoloy elementen

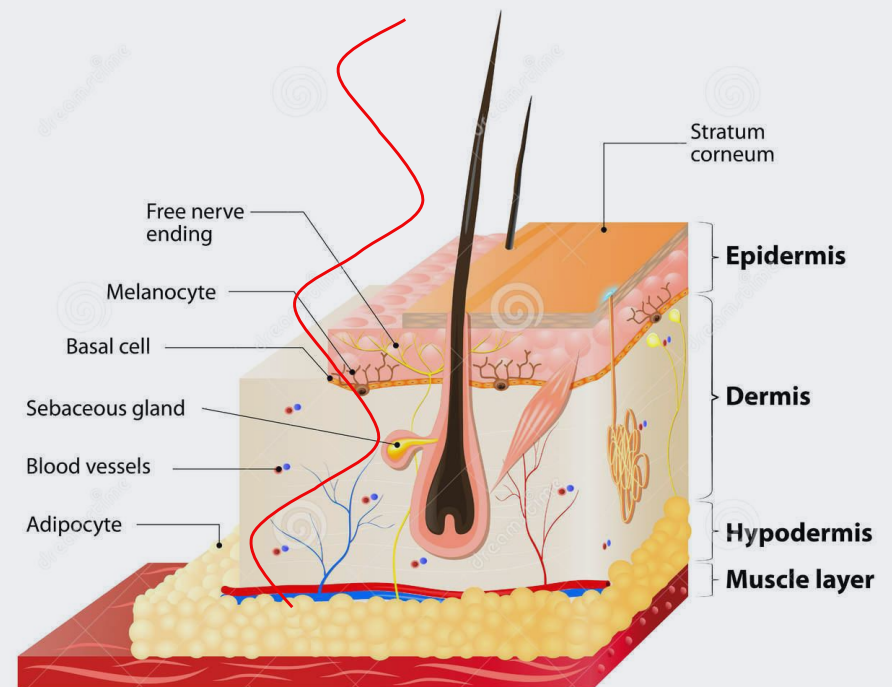
## De elementen stralen convectie warmte en infrarood uit

- De infrarood piek bevindt zich tussen de 5.600 nm en 7.000 nm (gem 6.340 nm)

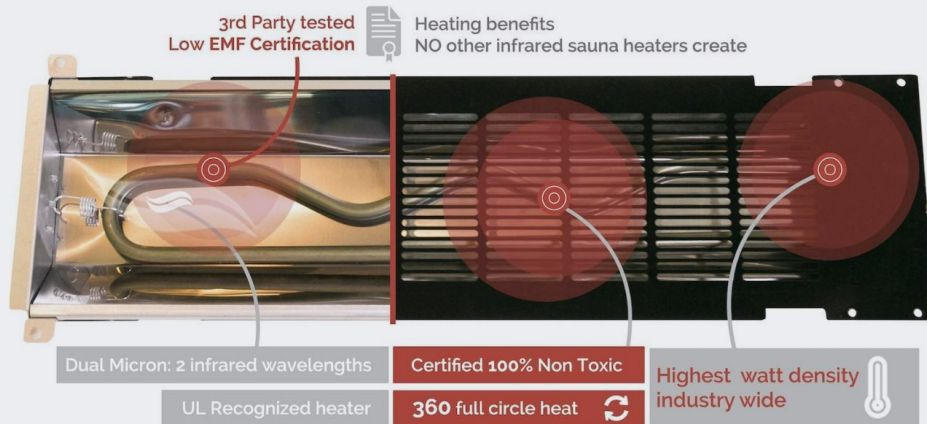
Onze infrarood elementen zijn energie efficiënt en gebruiken een minimum aan energie. Een LSE 3 sauna heeft een verbruik vergelijkbaar met een betere haardroger.

## De lange golf infrarood stralen penetreren tot net onder de huid

- Daar warmen ze het water op.
- Water warmt het omliggende weefsel op (spieren, pezen,...)
- Bloedvaten en banen gaan open staan.
- Na een kwartier begint de interne temperatuur omhoog te gaan.
- Onze hersenen proberen het lichaam af te koelen.
  - Hartslag gaat omhoog
  - Bloed wordt naar de huid gestuurd
  - Productie van zweet
  - Vrijgave van endorfine



# Tecoloy element opbouw



## Tecoloy element

- Warmte element
- Omringd met keramisch zand
- In een Tecoloy hulsel

## Dit geeft 2 soorten straling

- **Convectie straling:** warmtestraling zoals van een radiator
- **IR straling** in relatie tot de temperatuur

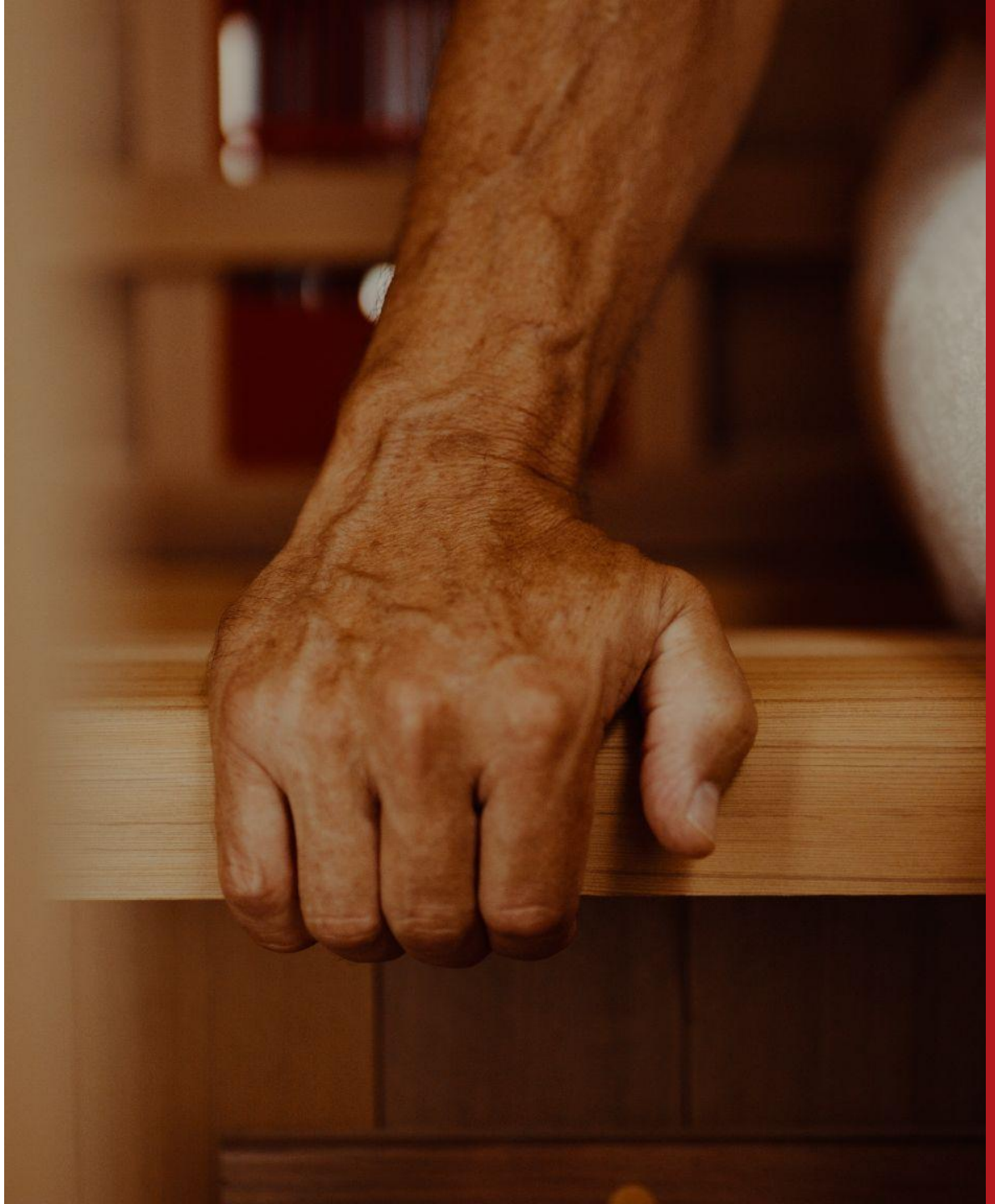
**Door de unieke vorm van onze elementen hebben ze verschillende temperaturen op verschillende plaatsen = IR range tussen de 5.600 en 7.000 nm.**

# Opwarmen van binnenuit vs warmtecabine

## In een traditionele Finse sauna of warmtecabine:

- De omgeving wordt opgewarmd.
- Deze warmt de huid op.
- Ons lichaam probeert af te koelen en stuurt bloed naar de huid en we gaan zweten.
- Het bloed warmt er op en er wordt meer bloed naar de huid gestuurd, het bloed blijft er vast hangen.
- Dit zorgt voor een oncomfortabel/ benauwend gevoel en hierdoor moeten we de sauna verlaten.
- Dit is tevens zeer belastend voor het hart en daarom wordt een Finse sauna afgeraden voor oudere mensen.

**Bij een Health Mate sauna warmen we van binnenuit op waardoor dit benauwend gevoel niet optreedt omdat het bloed nog kan afkoelen. Hierdoor kunnen we langer met een verhoogde hartslag in de sauna blijven en is dit minder belastend.**



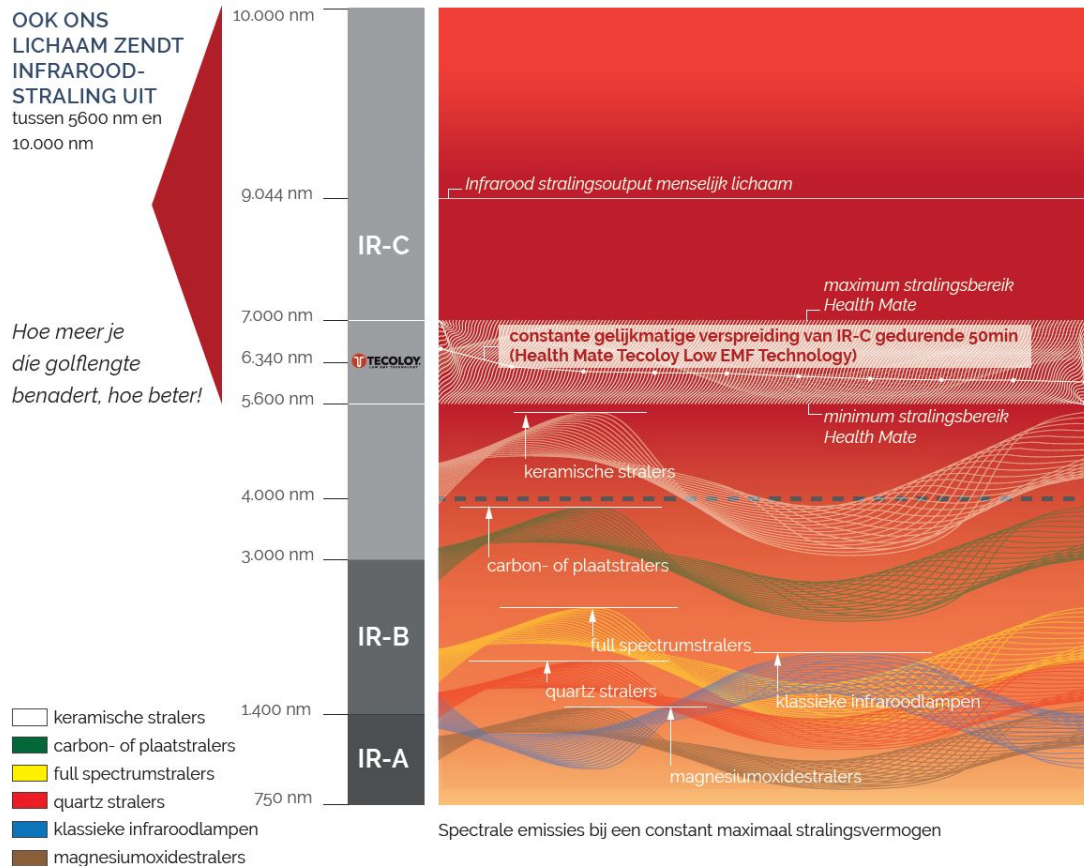


# De juiste golflengte

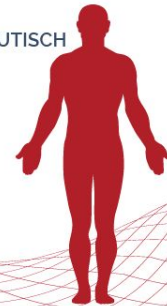
Waarom het stralingsbereik zo belangrijk is.

OOK ONS LICHAAM ZENDT INFRAROOD-STRALING UIT tussen 5600 nm en 10.000 nm

Hoe meer je die golflengte benadert, hoe beter!

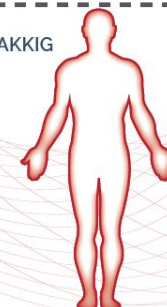


THERAPEUTISCH EFFECT\*



- ✓ Golflengte van sauna-infraroodstraling benadert die van je lichaam
- ✓ Je **hele** lichaam neemt de infraroodstraling op en warmt zichzelf van binnenuit op (= deep level therapy)
- ✓ Je lichaamstemperatuur **stijgt**
- ✓ De **bloedcirculatie** in je **hele** lichaam verbetert
- ✓ **Geen** verbrandingsgevaar
- ✓ Niet gevaarlijk voor mensen met **prothesen, plaatjes, schroeven etc.**
- ✓ Voor iedereen, ook kinderen en ouderen

OPPERVLAKKIG EFFECT\*



- ✓ Golflengte van sauna-infraroodstraling benadert **NIET** die van je lichaam
- ✓ Slechts een **gedeeltelijke**, oppervlakkige opwarming van je huid
- ✓ De **bloedcirculatie** wordt enkel **plaatselijk** gestimuleerd
- ✓ **Verbrandingsgevaar** bij IR-A straling
- ✓ Versnelt **huidveroudering**
- ✓ IR-A-straling kan schadelijk zijn voor prothesen, bouten, plaatjes, schroeven etc.

\* bron: US National Center for Biotechnology



# Rekening houden met EMF

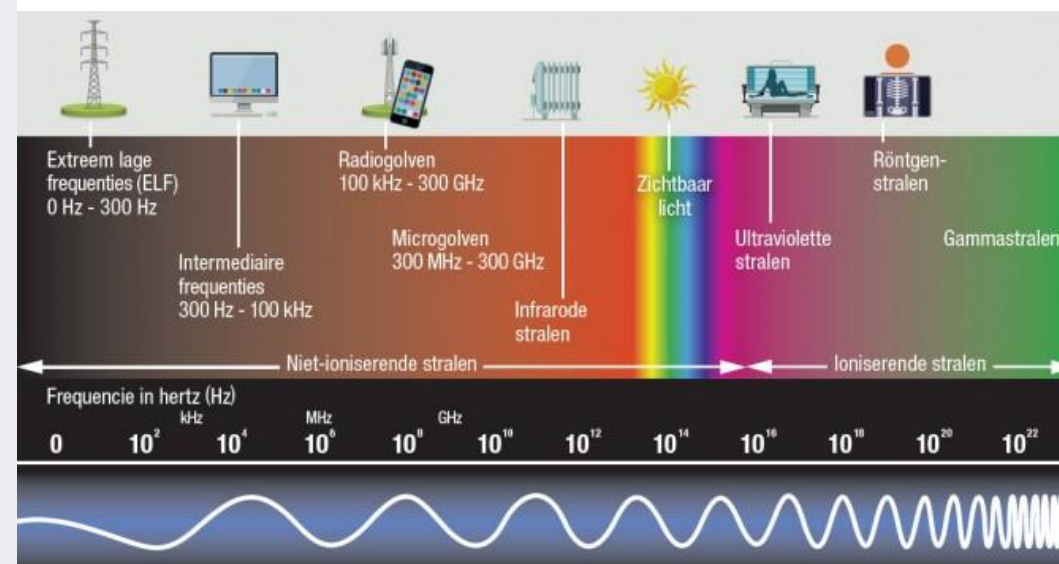
## Electromagnetic Field:

**Alles wat elektriciteit gebruikt, creëert een elektromagnetisch veld.**

Op dit moment bestaan er geen langetermijnstudies over de schadelijke gevolgen van blootstelling aan EMF.

Er zijn wel advieswaardes waar elektrische toestellen aan moeten voldoen.

Onze Tecoloy elementen zijn getest en gecertificeerd en stralen maximaal 6 keer minder uit dan toegestaan wat minder is dan een gloeilamp.





# Full spectrum of niet

**Een Health Mate professional sauna is marketingtechnisch ook een full spectrum sauna:**

- De LED op rood licht straalt korte golf uit (zijn gelijkaardige LED panelen zoals de lichttherapie tegels), deze werken echter enkel als je er vlakbij bent.
- De vloerverwarming is middengolf.
- De Tecoloy elementen lange golf.

**Voor ons zijn enkel de lange golf stralen van belang; daarom claimen we dit ook niet.**





# Effect op het lichaam





# Health Mate: de therapeutische werking



## De combinatie van:

- De bloedvaten die open staan door de warmte.
- De verhoogde hartslag.

## Zorgen voor een stimulatie van de groei van de bloedvaten

- Extra microbloedvaten
- Groei van de bloedvaten

**Het regelmatig gebruik van een Health Mate (hogere temperatuur en langere tijd) zorgt voor een permanente toename van de doorbloeding capaciteit.**

**Bovendien gaat de interne temperatuur significant stijgen (tot 38°C) wat ervoor zorgt dat bacteriën en virussen verzwakken/sterven en het immuunsysteem geboost wordt.**

# Goede doorbloeding

## = basis voor een goede gezondheid

**Ons lichaam is zichzelf continu aan het vernieuwen. Oude cellen worden afgebroken en nieuwe opgebouwd.**

**Opbouw wordt aangestuurd door chemische signalen die via de bloedbaan komen.**

- Melden beschikbaarheid van bouwstenen (aminozuren en andere) na een maaltijd.

**Als we ouder worden, neemt onze doorbloeding capaciteit af.**

- Minder conditionele activiteiten.
- Verkalking bloedvaten.
- Ouder worden.

**Onder andere hierdoor verliezen we meer spiermassa dan dat er wordt bijgemaakt.**

- Het verbeteren van de doorbloeding is noodzakelijk om spiermassa te behouden of op te bouwen.

**De meest gekende manier om de doorbloeding capaciteit te verbeteren is conditie/duurtraining.**

- Dit is echter fysiek belastend en niet altijd mogelijk.



# Hartslag in de conditiezone

**Als je hartslag in een bepaalde zone zit, werk je aan cardiovasculaire conditie = uithouding van je hart**

- Bovengrens:  $(220 - \text{leeftijd}) * 80\%$
- Ondergrens:  $(220 - \text{leeftijd}) * 60\%$

**Om je conditie significant te verbeteren, zit je best 30 minuten gedurende 3 keer per week tussen deze 2 grenzen.**

## **Gebruik in sauna:**

- Sauna opwarmen tot 40-45°C (10-20 min afh. van temperatuur ruimte)
- 1-15 min: gebeurt er niet veel
- 15-30 min: je hartslag gaat tot boven de ondergrens
- 30-45 min: je hartslag gaat naar bovengrens
- 45 min: sauna sessie stoppen
- 45-60 min: uitzweten, afkoelen en douchen; de hartslag gaat terug tot onder de ondergrens



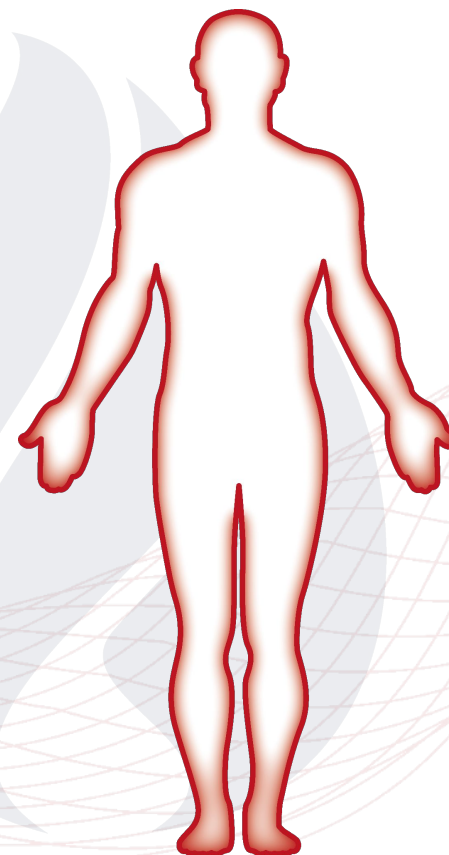
# Detox

## Door de goede doorbloeding en door te zweten, halen we de toxische stoffen uit ons lichaam:

- Door de goede doorbloeding worden toxische stoffen efficiënt tot bij de Nieren en Lever gebracht en zo uit het bloed verwijderd
- Zware metalen en pesticiden worden moeilijk verwijderd via de Urine (Nieren en Lever) maar gaan wel gemakkelijker uit ons lichaam via zweet
- Ook het vet dat een opslagplaats is voor toxische stoffen zal opwarmen en deze zo sneller afgeven
- De huidporiën gaan openstaan en worden door het zweten gereinigd

## Daarom is het zeer belangrijk om voldoende te drinken:

- Ervoor (1-2 glazen)
- Tijdens de sessie (500-750ml)
- Erna (min 1-2 glazen)





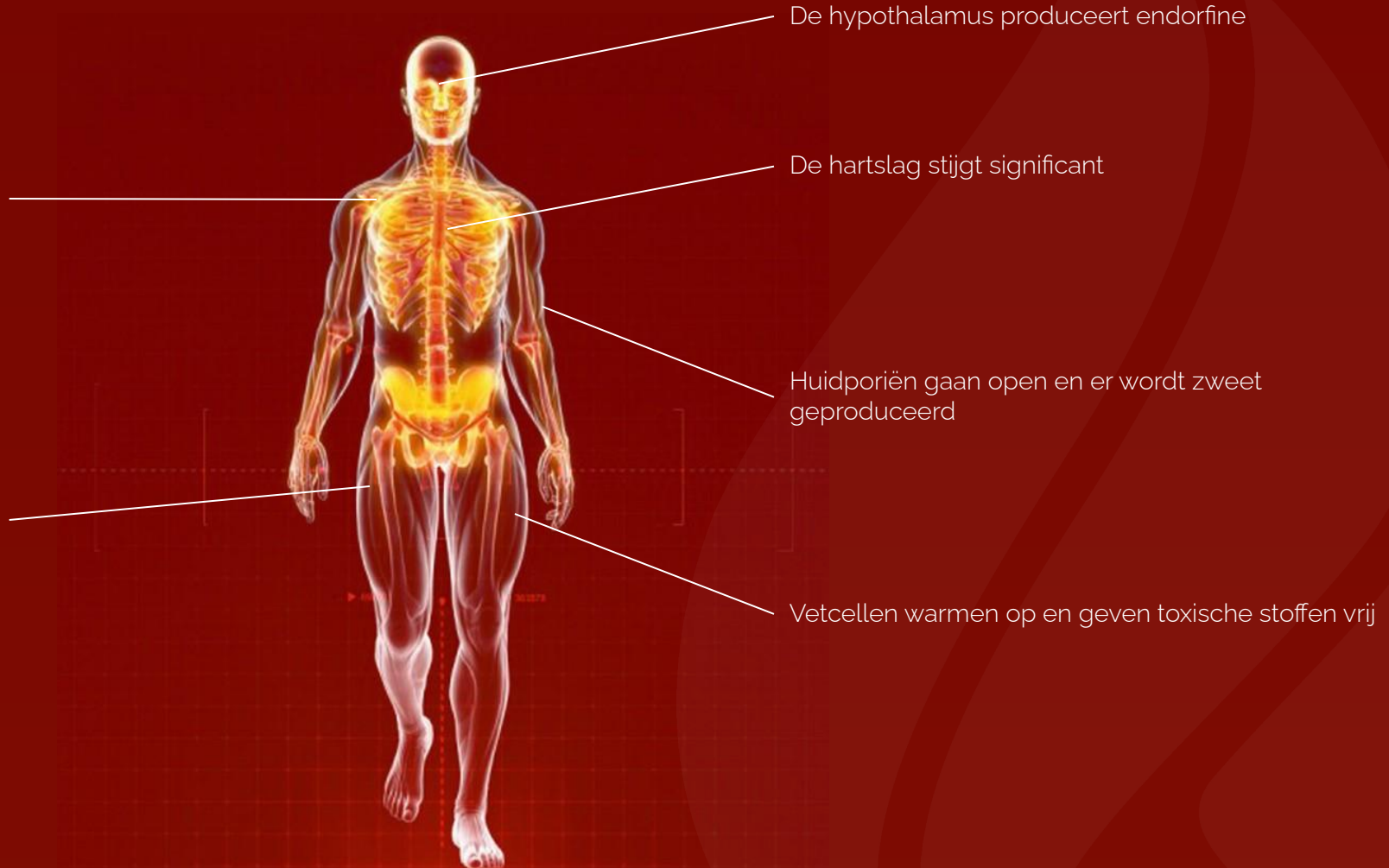
# Effect op het lichaam

De interne temperatuur gaat omhoog net zoals bij koorts

- Het immuunsysteem wordt geactiveerd
- De bloedvaten gaan open staan

Een betere doorbloeding in alle lichaamsweefsels:

- Aanlevering van bouwstenen (aminozuren, suikers, zuurstof,...)
- Afvoer van toxische stoffen
- Stimulatie van de groei van microbloedvaten





# Effect op mensen die zoeken naar een betere levenskwaliteit



Sauna temperatuur:  
**45-55°C**



**30-45 min.**  
**+3x per week**

Het immuunsysteem krijg een boost en helpt het lichaam om infecties en ziektes te bestrijden.

Het verwijderen van toxische stoffen, afvalstoffen en aanleveren van bouwstenen zorgt voor een versnelde genezing van weefsel en infecties. Dit resulteert in minder pijn.



Endorfine is een lichaamseigen drug die pijnstillend en ontspannend werkt.

Een gereinigde beter doorbloede huid resulteert in een vermindering van huidinfecties en -problemen.

**Effect:**  
**Vermindering van klachten bij**  
**Artritis, Reuma en Fibromyalgie**  
**Acne, Psoriasis en eczema**



# Effect op mensen die zoeken naar gezondheid en wellness



Sauna temperatuur:  
**45-60°C**



**20-35 min.**  
**1-3x per week**

Het immuunsysteem krijgt een boost.

Verbeterde doorbloeding capaciteit wat resulteert in een gezond lichaam en snellere recuperatie.

Vetcellen oriënteren zich anders wat leidt tot minder cellulitis.



Endorfine is een lichaamseigen drug die stressreducerend en ontspannend werkt.

Cardiovasculaire workout zonder het lichaam te belasten.

Productie van collageen wat resulteert in een strakkere en flexibelere huid.

**Effect:**  
**Vermindering van stress**  
**en een algemeen gevoel**  
**van ontspanning en energie.**





# Effect op mensen die zoeken naar sport en recuperatie



Sauna temperatuur:  
**45-65°C**

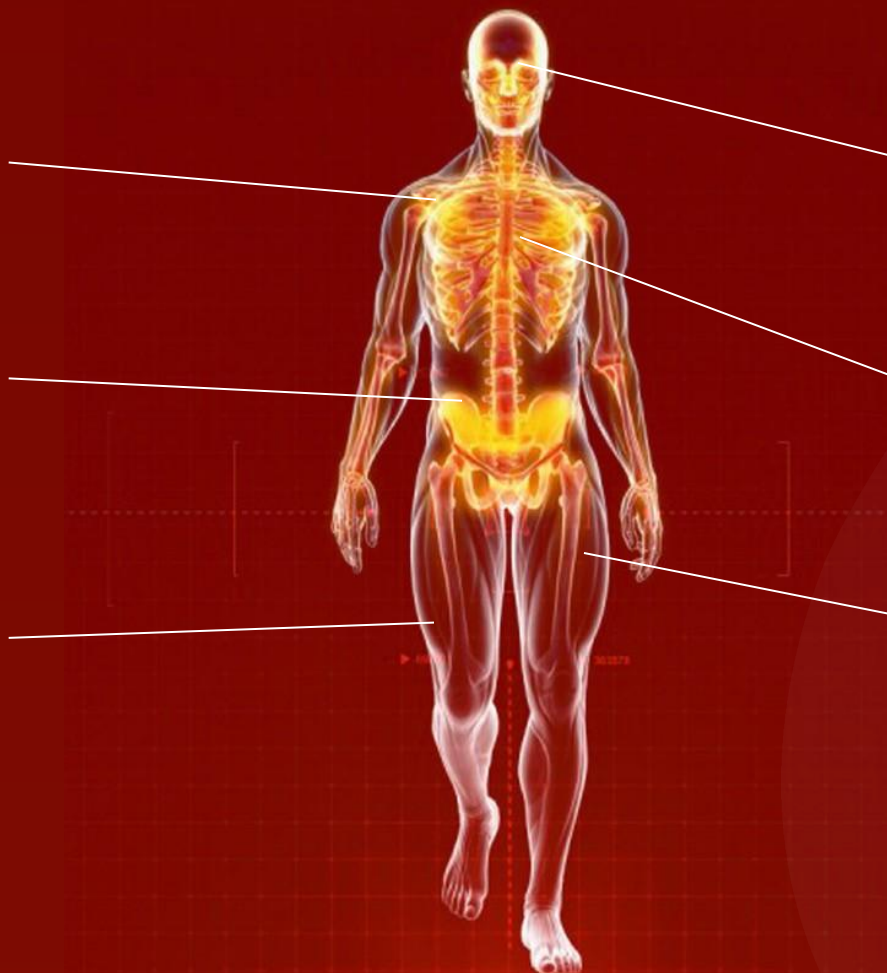


**30-45 min.**  
**1x per week**  
en/of voor en na het sporten

Heat shock proteïnen worden geproduceerd wat resulteert in een snellere en betere recuperatie.

Het verwijderen van toxische stoffen en afvalstoffen en aanleveren van bouwstenen resulteert in een snellere recuperatie en minder verzuring.

Pre workout warm up, zorgt voor verhoogde flexibiliteit en een vermindering van de kans op een kwetsuur.



De genezingscapaciteit van het lichaam gaat omhoog wat resulteert in een snellere genezing na een kwetsuur.

Cardiovasculaire workout zonder het lichaam te belasten.

Verbeterde doorbloeding capaciteit wat resulteert in een snellere recuperatie tijdens en na het sporten.

**Effect:**  
**Significante impact op de recuperatie na een sportinspanning en warmtegewenning.**



# Effect op mensen die zoeken naar verbeterde mobiliteit



Sauna temperatuur:  
**45-55°C**



**30-45 min.**  
1-3x per week

Het immuunsysteem krijgt een boost.

Geen interactie met interne prothesen, plaatjes en of schroeven.

Verbeterde doorbloeding capaciteit wat resulteert in een gezond lichaam, snellere recuperatie en minder spierverlies.



Endorfine is een lichaamseigen drug die stressreducerend en ontspannend werkt.

Cardiovasculaire workout zonder het lichaam te belasten.

Een betere doorbloeding zorgt voor een versnelde genezing van weefsel en infecties. Dit resulteert in minder pijn en last.

**Effect:**  
**Vermindering van spierverlies en een algemeen gevoel van ontspanning en energie.**



# Wetenschappelijk bewijs

- **Cardiovasculaire gezondheid verbetert**
  - Verbeterde doorbloeding
  - Verlaging van de bloeddruk
- **Cardiovasculaire conditie verbetert als je innerlijke temperatuur significant stijgt**
- **Via je zweet worden toxische stoffen zoals zware metalen en pesticiden gemakkelijker verwijderd**
- **Je huid maakt collageen aan en wordt elastischer**
- **Verlichting van spier- en gewrichtspijn**
- **Vermindering van allergie**



Whitepaper te vinden op  
dealerplatform



# Waarom een Health Mate?





# Health Mate samengevat

**Er zijn veel infrarood sauna's maar:**

**Health Mate is dé therapeutische infraroodsauna**

- **Gepatenteerde unieke Tecoloy elementen**
- **Laag elektromagnetisch veld**
- **Lage energieconsumptie**
- **Levenslange garantie**
- **All-in prijs**





# Health Mate samengevat

---



Therapeutische  
sauna



Gepatenteerde  
Tecoloy™



Zeer laag  
elektromagnetisch veld



Levenslange  
Garantie



All-in  
prijs



Zeer laag  
energieverbruik