



Innovation Höhenttraining

*Neue Perspektiven für Spitzensport, modernes
Gesundheitsmanagement und Prävention*



LOXYMED[®]
HIGH-END MEDICAL CARE

Das Unternehmen

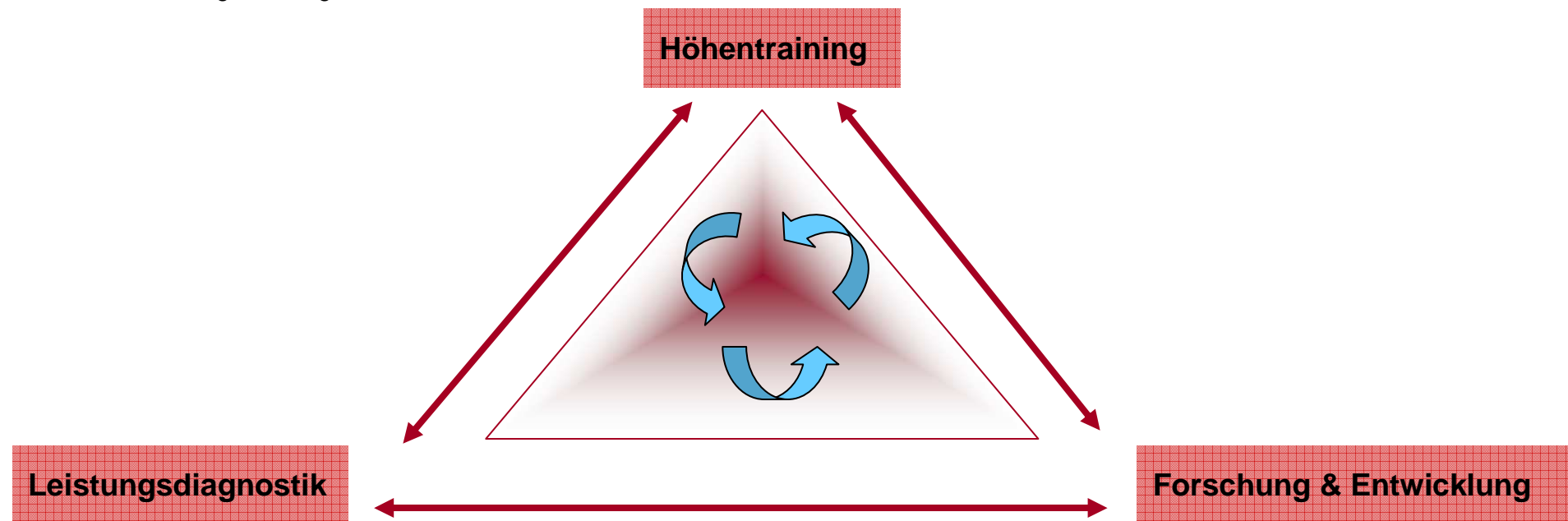
Das **Zentrum für Höhenmedizin und Leistungsentwicklung** in Jena verbindet spezifisches Fachwissen aus der Sportmedizin und der Trainingswissenschaft mit modernster Technologie, um so ein individuelles ganzheitliches Trainings-, Bewegungs- und Therapiekonzept zu ermöglichen. Durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit unseres Experten-Teams bieten wir eine neuartige und in Deutschland einzigartige Form des **simulierten Höhengaufenthaltes**.

Die positive Wirkung von Sauerstoffmangel im Gewebe (=Hypoxie) auf die körperliche Leistungsfähigkeit und den Stoffwechsel des menschlichen Organismus ist schon seit langem durch medizinische Forschung belegt. Seit den 90er Jahren ist es gelungen Höhenanwendungen ohne Veränderung des Luftdrucks im Flachland zu simulieren. Heutzutage können modernste Technologien unabhängig von den Raumgrößen beliebige Hypoxieatmosphären aufbauen und stabil halten.



Neben dem spezifischen Training unter Höhenklima ist die umfassende und präzise leistungsdiagnostische Untersuchung eine tragende Säule im Unternehmen. Die körperliche Leistungsdiagnostik stellt in der Sport- und Rehabilitationsmedizin eine unverzichtbare Grundlage für eine fundierte Beratung und Beurteilung dar. Anhand der gewonnenen Daten kann das Training mit einem Maximum an Effizienz gestalten werden.

Der Schritt in die Zukunft! Auf dem - vielversprechenden - aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisstand aufbauend, ist die Erforschung und Weiterentwicklung hypoxiegestützter Bewegungsprogramme für die POM LOXYMED® Jena GmbH ein Kernpunkt der Unternehmensphilosophie. Umfassende, valide und evidenzbasierte Forschungsprojekte sollen neue Aufschlüsse über die positive Intervention der Höhentherapie bei Stoffwechselstörungen ermöglichen.



Aktive Bewegungsprogramme unter Höhenklima führen durch die individuelle und zielorientierte Steuerung zu einem Maximum an persönlichem Erfolg. Basierend auf einem Höhenverträglichkeitstest wird die jeweilige Zielhöhe zwischen 2500m und 6000m exakt bestimmt. Um Über- oder Unterforderungen zu vermeiden, ermittelt das Team aus erfahrenen Sportwissenschaftlern persönliche Trainingsbereiche und gibt Empfehlungen zur optimalen Belastungsdauer und zum Umfang im Höhenklima.

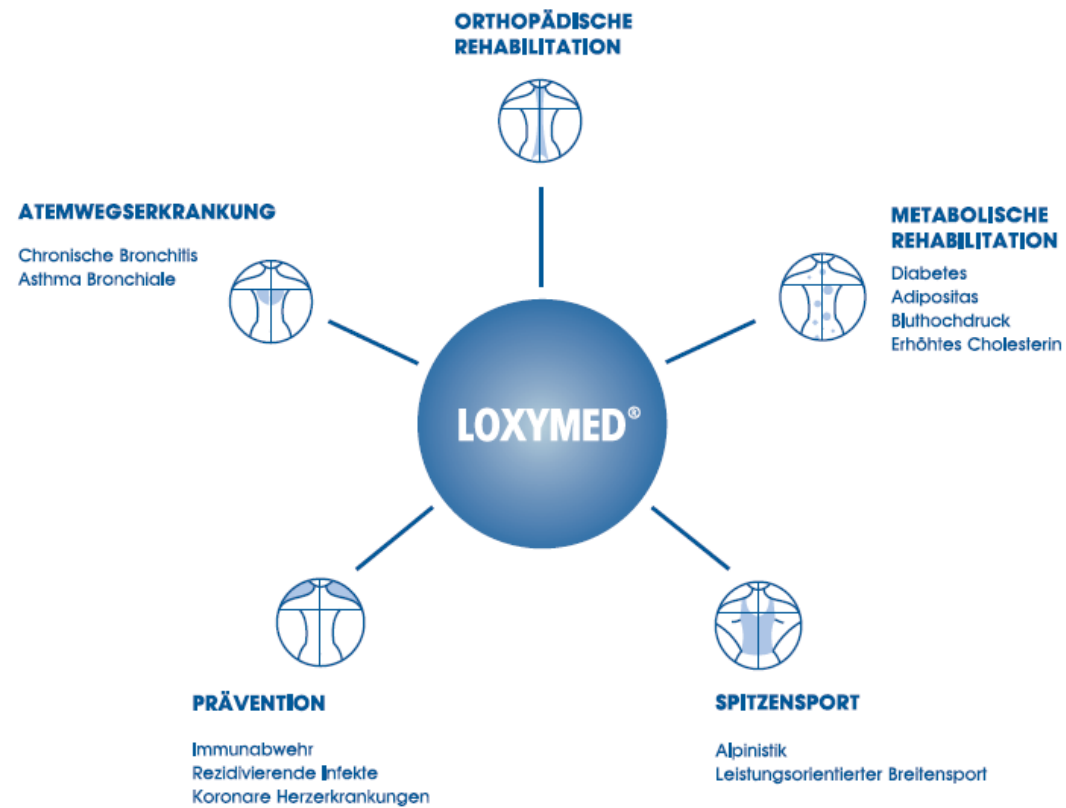


Für Patienten mit Stoffwechselstörungen, Atemwegserkrankungen oder Verletzungen des Binde- und Stützapparates wird ein persönlich abgestimmter Trainings- und Therapieplan erstellt, der in Absprache mit dem behandelnden Arzt herkömmliche medikamentive sowie bewegungstherapeutische Behandlungsprogramme äußerst wirkungsvoll ergänzt.

Freizeitsportler, Alpinisten und Hochleistungsathleten nutzen die positiven leistungsfördernden Effekte des Höhenklimas, um Ihre Leistungsreserven auszuschöpfen, die Regenerationsfähigkeit zu fördern und das Verletzungsrisiko zu vermeiden.

Anwendungsbereiche

Das Zentrum für Höhenmedizin und Leistungsentwicklung, POM LOXYMED[®], ist ein Hightech – Höhentrainingszentrum, dass sich neben den Anwendungen für den Spitzensport und die Alpinistik insbesondere auf die einzigartige medizinische Trainingstherapie spezialisiert hat. Wir bieten modernes Gesundheitsmanagement für die folgenden Anwendungsbereiche:



Spitzensport

Seit Jahrzehnten zählt das Höhentraining zum Alltag im modernen Spitzensport. Kaum eine Sportart kann zur Erreichung von Medaillenplatzierungen auf die Nutzung dieser wirksamen Effekte verzichten. In Fachkreisen zählt das Höhentraining weiterhin zur größten Leistungsreserve der Hochleistungsathleten.

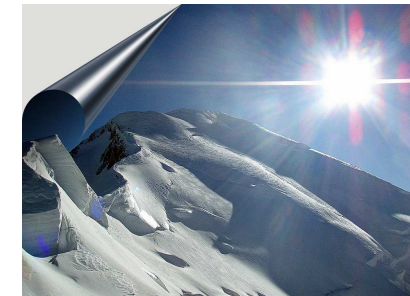


Prävention, Fitness und Gesundheit

Bleiben Sie gesund! Die positiven biologischen Anpassungsreaktionen des Körpers auf das spezielle Höhenklima im POM LOXYMED® helfen, gesund und länger körperlich fit zu bleiben. Höhenklima stärkt das Immunsystem, verbessert das Blutbild und optimiert den Stoffwechsel. All dies steuert auch dem Alterungsprozess wirksam entgegen.

Alpinistik

Für Bergsteiger, Höhentouristen oder Alpinisten stellt eine Expedition zu den höchsten Bergen der Welt eine psychische sowie physische Herausforderung dar. Durch ein Höhentraining erfolgt eine gezielte und optimale Anpassung an die Sauerstoffmangelbedingung. So verbessert eine ausreichende Gewöhnung an den verringerten Sauerstoffgehalt im Blut deutlich die Leistungsfähigkeit während der Hochgebirgstour. Zusätzliche reduziert sich die Gefahr an der gefürchteten Höhenkrankheit zu leiden.





Orthopädische Rehabilitation

Durch den schnelleren Trainingseffekt auch bei geringer Trainingsbelastung kann der Stütz- und Bewegungsapparat gezielt entlastet und geschont werden. Dies ist ein erheblicher Vorteil bei der Therapie von Patienten mit vollständig oder teilweise eingeschränkter Bewegungsfähigkeit. Einem Leistungsverlust – auch vor oder nach einer Operation – kann durch ein Höhentrainingsprogramm gezielt entgegen gewirkt werden. Darüber hinaus fördert die verbesserte Sauerstoffverwertung den allgemeinen Heilungsprozess.

Metabolische Rehabilitation

Die komplexen Vorgänge des Stoffwechsels werden durch ein Training unter Höhenbedingungen und der daraus resultierenden besseren Versorgung mit Sauerstoff deutlich optimiert. Gestörte biologische Prozesse können schrittweise ihre Funktionstüchtigkeit zurück gewinnen. Anwendungen u.a. bei Diabetikern und Menschen mit erhöhtem Blutdruck oder erhöhtem Blutfettwerten ergänzen äußerst effektiv herkömmliche Therapien.



Atemwegserkrankungen

Die Behandlung von Atemwegserkrankungen in natürlichen Höhenlagen hat eine sehr lange Tradition. Dank POM LOXYMED® kann diese therapeutisch wirksame Höhenklimaatmosphäre nun jederzeit auch im Flachland zur Verfügung gestellt werden. Unabhängig von der geografischen Lage können Atemwegserkrankungen unter Höhenklima regelmäßig behandelt werden.

Innovation und Technik

Mit dem Low Oxygen System verfügt das Unternehmen über ein Verfahren zur beliebigen und stufenlosen klimatischen Simulation von Höhenbedingungen (geringerer Sauerstoffpartialdruck), wie man Sie beispielsweise in einer Höhe von 2.500 Meter über dem Meeresspiegel vorfindet – jedoch unter normalem atmosphärischen Druck. Erstmals überhaupt wird es möglich sein, einen augenscheinlich völlig normalen Großraum zu betreten und dabei Verhältnisse wie in St. Moritz, Charmonix oder den höchsten Gipfeln im Himalaja vorzufinden.



Es gibt weltweit keine weitere funktionierende technologische Lösung, die es vermag, beliebig große Räume oder Hallen unter Beachtung der „Störgröße“ Mensch stabil in die Höhe zu versetzen, sodass in der Folge eine aktive Nutzung ohne gesundheitliche Risiken erfolgen und ein wirtschaftlicher Betrieb realisiert werden kann!

Das hypoxische Gasgemisch wird – vereinfacht dargestellt - durch Vermischung von Stickstoff und Frischluft hergestellt. Dies hat gegenüber den vorhandenen Lösungen den Vorteil, dass Äquivalensthöhen bis über 6500 Meter simuliert und zeitlich wesentlich schneller hergestellt werden können. Über mikroelektronisch gesteuerte Volumenströme von Stickstoff und Frischluft wird die erforderliche hypoxische Gasgemischmenge in der vorgesehenen Zusammensetzung genau eingestellt und trotz Störgrößeneinfluss (Sauerstoffverbrauch und Kohlendioxidabgabe der trainierenden Personen in ständig variierender Menge) im Trainingsraum automatisch konstant gehalten. Der erforderliche Bedarf an Stickstoff wird vor Ort mittels einer kompakten, industriereprobten Luftzerlegungsanlage auf der Basis der Floxaltechnik erzeugt, wodurch der gesamte gerätetechnische Aufwand einschließlich der Wartung minimiert und eine große Produktionszuverlässigkeit gewährleistet wird.



Leistungsdiagnostische Untersuchungen

POM LOXYMED ist das modernste Leistungsdiagnostische Untersuchungszentrum in Thüringen. Für Spitzenathleten, ambitionierte Breitensportler sowie für sportbegeisterte Anfänger bietet sich ein umfassendes Spektrum an professionellen Leistungsdiagnostiken, die die Basis für ein individuelles und zielgerichtetes Trainingsprogramm darstellen.

Was steht Ihnen zur Verfügung?

- Spiroergometrie und Laktatmessung auf dem Laufband und dem Fahrradergometer. Gern kann zur Diagnostik das eigene Rad mitgebracht werden.
- Als einziges Unternehmen in Thüringen bietet POM LOXYMED mobile Spiroergometrien an
- Bioimpedanzanalyse zur exakten Messung der einzelnen Körperkompartimente (Körperzellmassen (Organe, Muskeln), Körperfettgehalt, Wasserverteilung im extra- und intrazellulären Bereich, Aktivität der stoffwechselaktiven Zellen)
- Haarzellanalyse zur differenzierten Bestimmung von Mineralien, Spurenelementen, Aminosäuren, geopathischen Belastungen, Umweltgiften
- Magnet-Resonanz-Therapie zur verbesserten Sauerstoffversorgung der Zellen
- Sportartspezifische Feld- und Outdoortests



Training im POM LOXYMED Jena

Die großen und hellen Räumlichkeiten bieten ein emotionales Trainingserlebnis für jeden Sportler. Durch präzise und individuelle Trainingsplanung ermöglicht das Team aus Sportwissenschaftlern ein zielorientiertes Durchführen der jeweiligen Trainingseinheiten. Laufbänder, Fahrradergometer, Crosstrainer und Rudergeräte stehen jedem Athleten zur Verfügung. Zur spezifischen Vorbereitung kann das eigene Fahrrad mitgebracht werden und über das pc-gesteuerte Cyclus 2 programmiert werden. Bei jedem Training im POM LOXYMED wird auf eine umfangreiche Stabilisierung und Kräftigung der Rumpf- und Rückenmuskulatur geachtet. Mit einem gezielten Training auf dem POWER PLATE sowie an der Terrabandkomplexstation können muskuläre Dysbalancen kompensiert und behoben werden.



Im anliegenden Fitnessunternehmen POM stehen umfangreiche Geräte zur kardiopulmonalen Verbesserung sowie zum muskulären Aufbau und zur Stabilisierung unter normoxischen Umgebungsbedingungen zur Verfügung. Sauna, Massage, Solarium und ein vielfältiges Kursangebot können nach Absprache von den Athleten genutzt werden.

Die Stadt Jena bietet für Schwimmer ein Freiwasserbecken (50m Bahn, 2 min Fußweg) und zwei Schwimmhallen (jeweils 25m Bahnen, 5 min Autofahrt). Eine 50 m Schwimmhalle stehen in Erfurt (circa 40km Entfernung) und Gera (circa 25 km Entfernung) zur Verfügung.



Theresa Senff

„Wenn ich was mache – dann richtig!“ Das ist der Ehrgeiz von Theresa Senff. Die geborene Arnstädterin kennt sich aus in der Welt des Sports. Als Radprofi nahm Sie an vielen Welt- und Europameisterschaften teil. Gleichzeitig- aber nicht nebenbei – schloss Theresa Senff als eine der besten ihr Studium ab: Sportwissenschaften an der Universität Jena.

Mit Höhentraining hat Theresa Senff schon als Sportlerin sehr gute Erfahrungen sammeln können. Als Sportwissenschaftlerin wählte sie das Höhenklima mit all seinen Auswirkungen und positiven Effekten als ihr Spezialgebiet. Mit der Gründung des POM LOXYMED entstand eines der modernsten und innovativsten Höhentrainingszentren in Deutschland.



Benno Bartsch

Ein 100-Prozent-Mann in allen Bereichen!

Im April 2008 absolvierte der Sportwissenschaftler sein Diplom an der Friedrich Schiller Universität Jena mit dem Prädikat „sehr gut“. Momentan arbeitet Benno Bartsch am Lehrstuhl für Sportmedizin an seinem Dokortitel - und im November schließt er sein Studium zum Heilpraktiker ab. Als Lehrbeauftragter des Landessportbundes Thüringen und der Health and Fitness Academy Jena vermittelt der ehemalige Kraftsportler sein theoretisches und praktisches Wissen an Trainer und Sportwissenschaftler. Seit November 2007 leitet Benno Bartsch als geschäftsführender Gesellschafter die Fußballcamp Erfurt GbR. Im Oktober 2009 gründete er zusammen mit Theresa Senff die POM LOXYMED Jena GmbH.



Unternehmensziele

Qualitätssicherung

Oberstes Ziel ist die Durchführung der einzelnen Bewegungsprogramme und der leistungsdiagnostischen Untersuchung auf höchstem Qualitätsniveau. Jeder einzelne Mitarbeiter betreut mit Präzision professionell und individuell die Kunden.

Verbindung von Technologie, Fachkompetenzen und Persönlichkeit

Mit hohem Engagement und Begeisterung integrieren Fachärzte und Sportwissenschaftler innovative Technologien in eine neues und bis dato einmaliges Gesundheitsmanagement - bei dem jede Trainingseinheit weit mehr über herkömmliche Bewegungsprogramme hinaus ragt.

Kundenloyalität

Wir verfolgen das Ziel, unseren Kunden die qualitativ hochwertigsten Dienstleistungen, Services und Lösungen bereit zu stellen, um dadurch ihren Respekt und ihre Loyalität zu erlangen und zu bewahren.

Wachstum

Wir sehen in den Veränderungen des Gesundheitssystems eine Chance für mehr Wachstum, um unsere Gewinne und Fähigkeiten in den Dienst der Entwicklung und Bereitstellung innovativer Produkte, Services und Lösungen zu stellen, die den neu entstehenden Ansprüchen unserer Kunden gerecht werden.



Unternehmensdaten

Firma:	POM LOXYMED Jena
Rechtsform:	GmbH
Gründung:	22.10.2008
Sitz:	Jena Jenzigweg 33, D-07749 Jena
Anmeldung HR:	HRB 503169
Gegenstand:	Entwicklung von Trainingsmethoden für höhenmedizinische Anwendungen, die Durchführung von Trainingsmaßnahmen, Diagnostiken sowie Forschungs- und Entwicklungsleistungen im Bereich der Höhenmedizin – die Erbringung von Beratungsleistungen – sowie sämtliche damit zusammenhängenden und den Gesellschaftszweck fördernden Geschäften.
Geschäftsführung:	Dipl. Sportwissenschaftlerin Theresa Senff Dipl. Sportwissenschaftler Benno Bartsch
Geschäftsjahr:	Kalenderjahr



Dipl. Sportwissenschaftlerin

Theresa Senff

senff@loxymed-jena.de

+49(0) 172 35 44 032

Dipl. Sportwissenschaftler

Benno Bartsch

bartsch@loxymed-jena.de

+49(0) 176 61 24 5193

POM LOXYMED Jena GmbH

Zentrum für Höhenmedizin und Leistungsentwicklung

Jenzigweg 33

07749 Jena

Deutschland

Fon 03641 - 32 03 44

Fax 03641 - 32 03 45

info@loxymed-jena.de

www.loxymed-jena.de

