

Presseinformation

Seite 1 von 3

München, Mai 2019

Kühlpads im Freizeit- und Leistungssport: Schnellere Regeneration, weniger Muskelkater, mehr Leistung



Die innovativen Kühlpads von emcools basieren auf HypoCarbon®-Technologie.

Eissauna, Kältekammer, Kryotherapie: Cooling ist im Spitzensport längst ein Erfolgsrezept und entwickelt sich auch bei Freizeitsportlern zum Trend. Denn Kälte lindert auf natürliche Weise Entzündungsmerkmale wie erhöhte Temperatur, Muskelkater und Schwellungen.

Dank HypoCarbon®-Technologie helfen die Kühlpads des Start-ups emcools, schneller zu regenerieren und die Leistung zu steigern – besser als Eis oder herkömmliche Kühlmethode. Aus dem Gefrierschrank geholt, in komfortable Wearables gesteckt und am Körper fixiert, können sie vor, während und nach dem Sport verwendet werden.

Sport kann die Körpertemperatur auf bis zu 40 Grad Celsius erhöhen

Intensive körperliche Aktivität, etwa bei einem Marathon, kann die Körpertemperatur um bis zu drei Grad Celsius ansteigen lassen. Um dem entgegenzuwirken, muss der Körper Höchstleistungen erbringen. Rund 75 bis 80 Prozent der energetischen Prozesse werden für die aktive Kühlung des Körpers verwendet – so bleiben nur etwa 20 bis 25 Prozent für muskuläre Leistungen übrig.

Schnelle und schonende Reduktion der Körper- bzw. Gewebetemperatur

Die Pads von emcools wurden vor mehr als zehn Jahren für die Intensivmedizin entwickelt. Sie werden u. a. für bessere Überlebenschancen bei einem Herzstillstand eingesetzt. Die Vorteile der patentierten HypoCarbon®-Technologie kommen nun auch Sportlern zu Gute:

Presseinformation

Seite 2 von 3

Die Pads verfügen über ein besonderes Wärmeaustauschvermögen sowie eine schnelle, schonende und gleichmäßige Reduktion der Körper- bzw. Gewebetemperatur. Sie liefern eine konstante Kühltemperatur von etwa sieben bis neun Grad Celsius, die Erfrierungen vermeidet. Die Kühlung dringt in tiefe Gewebeschichten ein und transportiert Wärme besser ab. Die Kapillaren bleiben geöffnet und werden weiter durchblutet. Die Anwendung ist hygienisch und hautfreundlich. Die Pads sind umweltfreundlich und nicht-toxisch.

Pre-, Per- oder Post-Cooling

Für Laufen, Radsport, Fitness/Crossfit, Fußball, Handball, Volleyball, Basketball, Boxen und weitere Sportarten – die Pads können zur Leistungssteigerung und Unterstützung bei der Regeneration angewendet werden. Bei **Ausdauersportarten** empfiehlt sich, vor und während der Belastung zu kühlen, um die Leistungsfähigkeit zu erhöhen sowie danach, um die Regeneration zu beschleunigen. Bei **kraftintensiven Sportarten** gilt es, eher danach zu kühlen. Der optimale Cooling-Zeitpunkt ist jedoch abhängig von den eigenen Vorlieben und Bedürfnissen. Aus Studien und Evaluierungen im Leistungssport wissen die Experten:

- Beim **Pre-Cooling** wird primär die Körperkerntemperatur herabgesetzt und man fühlt sich anschließend beim Training bzw. im Wettkampf länger fit. Durch die Kälte wird die Muskulatur stärker durchblutet – dadurch können Sportler unmittelbar nach der Kältebehandlung mehr Leistung abrufen, Muskelschmerzen und Krämpfe setzen erst später ein, das Schmerzniveau ist geringer und das Wohlempfinden subjektiv höher.
- Während einer sportlichen Belastung hält das **Per-Cooling** die Körperkerntemperatur niedriger – durch diese Körperkühlung kann der Sportler seine Leistung länger aufrechterhalten, gerade und auch bei hohen Außentemperaturen. Im Fußball beispielsweise können die Pads auch in der Halbzeit eingesetzt werden, um überhitzte Sportler zu kühlen. Dass Kühlung während des Sports die Leistung verbessert, hat u. a. eine Studie nachgewiesen, die 2007 im British Journal of Sports Medicine veröffentlicht wurde: Männliche Testpersonen mussten bis zur maximalen Belastung auf einem Laufband laufen. Das Tempo wurde schrittweise erhöht. Trugen die Männer Kühlwesten, hielten sie im Schnitt zwei Minuten länger durch. Wärmten sie sich jedoch vorher 20 Minuten auf, brachen sie den Test fünf Minuten früher ab.
- Beim **Post-Cooling** – etwa 20 bis 30 Minuten – reduziert man durch Kälteanwendung die Entzündungsparameter im Körper und ist dadurch schneller wieder fit für die nächste

Presseinformation

Seite 3 von 3

Trainingseinheit. Das heißt, man regeneriert schneller und wirkt so Entzündungen wie Muskelkater oder Muskelschmerzen entgegen.

Produkte, Bezugsquelle und Preise

Bisher sind Cooling Pads und Wearables für Stirn, Unter- und Oberschenkel erhältlich, Produkte für Arme folgen. Über Amazon können die emcools-Produkte bestellt werden:

- Fibula Starter Kit, Wearables für Unterschenkel mit Kühlpads, 139,00€
- Femur Starter Kit, Wearables für Oberschenkel mit Kühlpads, 139,00€
- Kühlstirnband für Stirn, Schläfen und Nacken mit zwei kleinen Pads: 49,90€
- Vierer-Packung große Pads: 69,50€

Weitere Informationen unter www.emcools.com, www.emcools.com/hitzemanagement-im-sport, www.facebook.com/emcools.sports und www.instagram.com/emcools.sports.

Pressekontakt: Gesprächsstoff Marketing- & PR-Beratung, Heidi Willmann,
Schlossstraße 9b, 82140 Olching, Tel.: +49 (0)8142 284 25 54, Mobil: +49 (0)179 39 86 809,
Email: h.willmann@gespraechststoff.com, www.gespraechststoff.com
EMCOOLS Sports GmbH, Andrea Wengust, Wienersdorfer Straße 20-24, 2514 Traiskirchen,
Tel.: +43 676 840 135 402, Email: presse@emcools.com, www.emcools.com