



Hypoxia-Hyperoxia Network-since 2001



Hypoxia-Hyperoxia Expert-since 1989

IHHT | Interval Hypoxic Hyperoxic Therapy & Training

CONSULTING

CONSULTING B2B Praxis Pro

Anwendungskonzepte | optimierte Gerätewahl | 100% praxisnahe IHHT-Ausbildung | begleitendes Coaching + Verlaufskontrollen | Personalschulung Refresher oder Next Level | Präsentationen und Vorträge.

CONSULTING B2C Home

IHHT-Essentials Führerschein mit Learning-by-Doing | Coaching mit personalisiertem Trainingsplan und optimierter Programmgestaltung.

AUSBILDUNG Module 1 & 2

MODUL 1 Light | 4 Stunden

Der Weg zu IHHT | State-of-the-art 2026 | Höhen-Technologien | Nobelpreis Medizin 2019 | hypobare vs. normobare Hypoxie | Höhenphysiologie - Höhentherapie - Höhenttraining | IHHT Atemtechnik | manuelle Grundeinstellungen | Hypoxietest 14%O₂ | Safety Cut Off | inklusive 50 Minuten maßgeschneidertes IHHNT und Analyse & Interpretation des aufgezeichneten Protokolls | kleine Mess- und Kurvenkunde | SOP & Individualisierung

MODUL 2 Intense | 4 Stunden

Stange & BOLT Test | Hypoxic Challenge Test | standardisierter Hypoxietest | Einstellung Biofeedback mit Zielwert SpO₂ | Inverse Modus & Vorlauf hyperoxische Konditionierung | intelligente adaptive Reoxygenierung | Standard vs. customized IHHT Programme | HTi (Hypoxia Time index) | große Mess- und Kurvenkunde | Programmoptimierung & Compliance | ökonomischer Verbrauch von Materialien | SOP & Individualisierung | Wirtschaftlichkeit und Abrechnung mit Versicherungen

COACHING

Coaching & Onlinebetreuung

Individuelle Einstellungen und Programme | Interpretation und Diskussion von Kurven und Messergebnissen | Unterstützung bei allen fachlichen & operativen Fragen

EXPERT

Add-ons & Specials

Alpnsport | Ausdauersport | Flugsport | Tauchsport | ArbeitsMed
O₂-Reduktion zur Brandvermeidung