

# hydro-massage Guide

**fluvo**<sup>®</sup>  
innovative schwimmbadtechnik



Ganzheitliche  
Wirkung

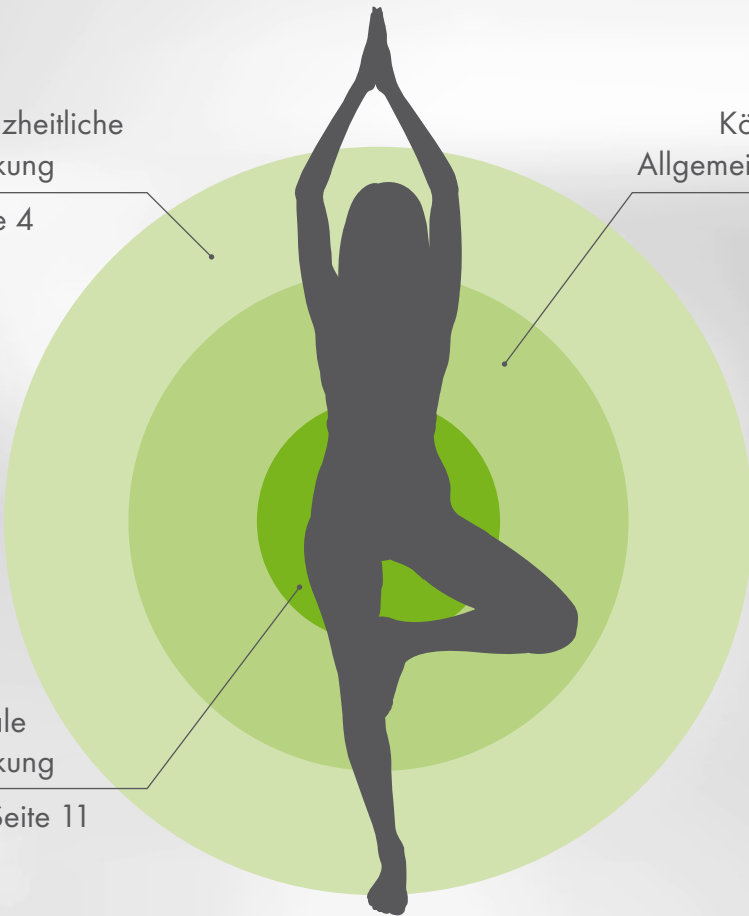
Seite 4

Körperliche  
Allgemeinwirkung

Seite 7-8

Lokale  
Wirkung

ab Seite 11



# hydro-massage – sanfte Regeneration

Der hektische Alltag hat ein Ende, der Stress fällt ab; höchste Zeit für die vollkommene Entspannung. Die magische Antwort auf andauernde Reizüberflutungen heißt hydro-massage.

Körper, Geist und Seele finden dabei wieder zueinander. Sanft massierend wirken Wasser- und Luftstrom auf Nacken, Schulter, Rücken, Gesäß- und Beinpartien sowie auf die wichtigen Fußreflexzonen. Auch tieferliegende Gewebepartien und Gelenke werden angesprochen. hydro-massage von **fluvo**<sup>®</sup> ist ein einzigartiges Konzept mit innovativer Düsentchnik; die raffinierte Kombination von Wasser und Luft wirkt wohltuend auf den Körper, und das ohne Mühe und Kraftaufwand. hydro-massage von **fluvo**<sup>®</sup> ist die sinnvolle Investition in Ihre Gesundheit und Lebensqualität und bringt eine Menge Badespaß in Ihren Pool.

# hydro-massage – ganzheitliche Wirkung

Bewegung im Wasser vermittelt Wohlbefinden und Ausgeglichenheit. Schwerelosigkeit und Abstand vom Stress des Alltags helfen dem Menschen zu sich selbst zu finden und ein neues Verhältnis zu seinem Körper zu erlangen. Körper, Seele und Geist werden wieder als Einheit empfunden. Die positiven körperlichen Reize der hydro-massage führen zu einer positiven Grundstimmung: Wir fühlen uns wieder wohl in unserer Haut.

Körperliche und seelische Entspannung ist eine Wechselbeziehung. Die körperliche Entspannung ist ein messbares Absenken des Muskeltonus. Nervenimpulse, die den Muskel zur Anspannung anregen, werden geringer, die vorhandene Grundspannung lässt etwas nach, der Muskel entspannt. Ähnliches geschieht bei seelisch-geistiger Entspannung im Gehirn. Die Frequenz, in der die Neuronennetze des Gehirns miteinander kommunizieren, nimmt messbar ab. Die hydro-massage kann so durch die körperliche Entspannung zur geistigen und emotionalen Ausgeglichenheit verhelfen.

Wir können unsere Entspanntheit natürlich auch ganz bewusst mit anderen Menschen teilen und die Badesituation gemeinsam genießen. Das hat eine lange Tradition. Beim Baden verliert die gesellschaftliche Stellung an Bedeutung und der Mensch tritt in den Vordergrund.





Abb.:  
Düse mit Massagestärke **comfort**

# hydro-massage – körperliche Allgemeinwirkung

## **Auftrieb**

Jeder Körper verliert im Wasser scheinbar soviel an Gewicht, wie die von ihm verdrängte Flüssigkeitsmenge wiegt (Archimedisches Prinzip). Dies sind 10 Prozent des Körpergewichts. D.h. stehen wir bis zum Hals im Wasser, wiegt unser Körper nur noch 10 Prozent des Körpergewichts. Es entsteht ein Gefühl der Leichtigkeit, Muskelspannungen reduzieren sich, durch die Entlastung der Gelenke kommt es zur Schmerzlinderung, durch die erleichterte Bewegung vergrößert sich das Bewegungsausmaß in den Gelenken.

## **Wassertemperatur**

Ob wir etwas kalt oder warm empfinden vermitteln uns Rezeptoren in der Haut. Die Kälterezeptoren liegen oberflächlicher in der Haut als die Wärmerezeptoren. Das Temperaturempfinden ist jedoch abhängig von der Temperaturdifferenz und von der Reizfläche. Indifferent ist der Bereich zwischen 22–24 °C in der Luft, und im Wasser zwischen 34–35 °C. Für die hydro-massage durch Massage-düsen ist der Bereich ab 27 °C Wassertemperatur geeignet, da sich der Badegast aktiv massiert und daher eine eher „belebende“ Wassertemperatur benötigt.

## Hydrostatischer Druck

Der Luftdruck ist wichtig für die Erhaltung der Körperfunktion. Zusätzlich zum Luftdruck wirkt das Gewicht des Wassers als hydrostatischer Druck positiv auf unseren Körper ein. Folgende Wirkungen werden erreicht:

- Herz-Kreislaufanregung: Durch den Druck des Wassers auf die Venen (Blutgefäße, die das verbrauchte Blut zum Herzen zurück bringen) wird deren Lumen (Innendurchmesser der Gefäße) verringert. Dadurch wird das Blut schneller zum Herzen zurück gepumpt und das Herzminuten-Volumen wird vergrößert, d.h. das Herz pumpt pro Schlag mehr Blut in die Peripherie.
- Anregung des Lymphsystems: Der Körperumfang kann um mehrere Zentimeter abnehmen und arbeitet ökonomischer.
- Eine vertiefte Atmung: D.h. es wird vermehrt Sauerstoff ins Blut aufgenommen.

Insgesamt ergibt sich somit eine allgemeine Vitalisierung für den Badegast.





Abb.:  
Düse links mit Massagestärke **comfort**;  
Düse rechts mit Massagestärke **pulsive**



# hydro-massage – lokale Wirkung

## **Reduktion der Muskelspannung und Stoffwechsellanregung**

Massage reduziert die Muskelspannung und regt den Stoffwechsel an. Ein verspannter Muskel führt zu reduzierter Durchblutung, d. h. Stoffwechselabfallprodukte werden nicht abtransportiert, Nährstoffe kommen nicht an Ort und Stelle, es kommt zur Übersäuerung im Zwischenzellraum. Durch die Massage wird der Muskel weicher, sein Durchmesser verringert sich, es kommt zu einer besseren Durchblutung, zu einer verbesserten Sauerstoffsituation der Zellen, Hautporen öffnen sich und Gifte werden ausgeschwemmt.

## **Durchblutungssteigerung**

Es ist nachgewiesen, dass die Massage zu einer Mehrdurchblutung der Haut und der darunterliegenden Muskulatur führt. Durch den mechanischen Reiz werden Mastzellen angeregt ein Gewebshormon (Histamin) auszuschütten, es kommt zu Erweiterung der Kapillaren. Kapillargefäße sind kleinste Blutgefäße die für den Stoffaustausch zwischen Blut und Gewebe dienen.

## **Schmerzlinderung**

Die pulsierende Wirkung der hydro-massage beeinflusst positiv Haut, Bindegewebe und Muskulatur. Wir reiben und drücken eine schmerzende Körperstelle um den Schmerz zu verringern. Diese uralte Erfahrung ist wohl eine der Grundlagen der Massage überhaupt. Durch den Druck und die Reibung senden spezialisierte Wahrnehmungszellen in der Haut (Mechanorezeptoren) eine große Anzahl von Impulsen an das zentrale Nervensystem und "überdecken" dadurch die Schmerzwahrnehmung.

## **Aktivierung der Lebenskraft**

Der Massagestrahl bewirkt eine Akupressur der Akupunkturpunkte sowie eine Aktivierung der Energiebahnen im Körper. Interessant dabei ist, dass der Mensch selbst fühlt was ihm gut tut.

## **Psychische Wirkung**

Die meisten Menschen finden eine Massage als sehr angenehm. Dieses Gefühl der Entspannung und des Wohlbefindens registriert ein Teil in unserem Gehirn, das limbische System. Dadurch wird die Ausschüttung von Stresshormonen reduziert, das Immunsystem stabilisiert und die Wundheilung verbessert. Die Entspannung, die wir empfinden führt auch zu einer Entspannung der Muskulatur, das vegetative Nervensystem (Sympathikus) beruhigt sich, d.h. Blutdruck, Puls und Atemfrequenz sinken, ebenso das Schmerzempfinden, der Allgemeinzustand verbessert sich. Auch Ängste und depressive Verstimmungen verbessern sich.



Abb.:  
Düse mit Massagestärke **balance**

# Muskulatur, die durch hydro-massage erreichbar ist

Sehr viele Muskeln unseres Körpers sind für hydro-massage zugänglich. Vor allem auch die tieferliegenden Muskeln können berücksichtigt werden. Zur Massage muss der Muskel immer entspannt sein. Die lokale individuelle hydro-massage kann auf verschiedene Körperregionen angewandt werden:

**1** Schulter-/Nackenbereich

---

**2** Unterer Rückenbereich

---

**3** Gesäßmuskulatur

---

**4** Oberschenkelrückseite

---

**5** Wadenmuskulatur

**6** Großer Brustmuskel

---

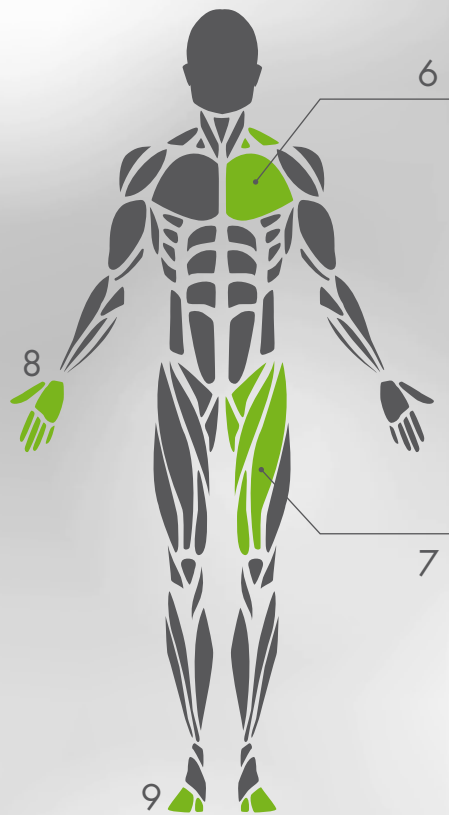
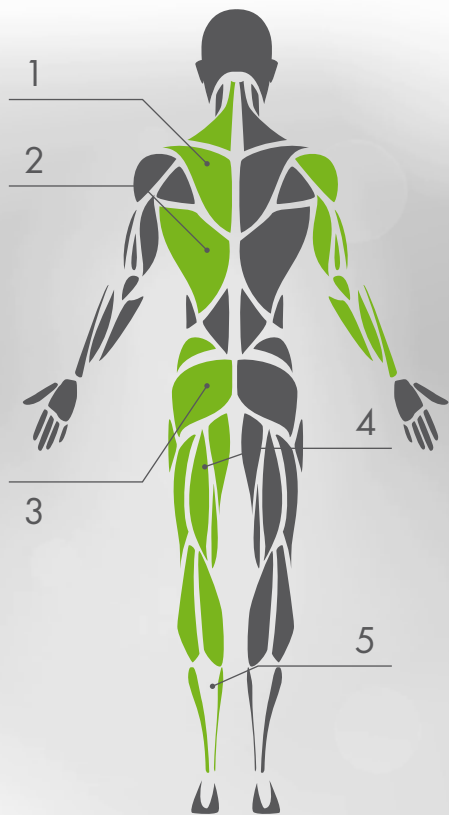
**7** Oberschenkel Vorderseite

---

**8** Handinnenflächen

---

**9** Fußsohlen (Fußreflexzonenmassage)



*balance*

12m<sup>3</sup>/h

*comfort*

20m<sup>3</sup>/h




*pulsive*

7m<sup>3</sup>/h





Die Serien **pro**, **compact** und **Q-Line** der **fluvo**<sup>®</sup> hydro-massage sind in drei verschiedenen Massagestärken (**comfort**, **balance**, **pulsive**) erhältlich und decken somit alle Muskelpartien optimal ab. Bei der Planung sollten diese verschiedenen Massagestärken entsprechend beachtet werden indem die Düsen in unterschiedlicher Höhe platziert werden. Des Weiteren sind Haltegriffe anzubringen, da Muskeln zur Massage stets entspannt sein sollten.

-  Für den Rücken und Nacken wählt man die Düse **balance** mit einem breitflächig streichelnden Massagestrahl von 12 m<sup>3</sup>/h
-  Für die Oberschenkelmuskulatur empfehlen wir die Düse **comfort** mit einem breitflächig kräftigen Massagestrahl von 20 m<sup>3</sup>/h
-  Für die gezielte Lockerung der Muskulatur empfehlen wir die Düse **pulsive** mit einem kräftig lokal-intensiven Massagestrahl von 7 m<sup>3</sup>/h

## Wichtige Hinweise

Für gesunde Menschen ist die hydro-massage eine angenehme, entspannende und belebende Erfahrung. hydro-massage ist für folgende Indikationen jedoch nicht geeignet: Herz-Kreislaufschwäche, Krampfadern, gerinnungshemmende Medikamente, Schwangerschaft, Sensibilitätsstörung.

# fluvo® hydro-massage im Detail

Detailliertere Informationen rund um unsere hydro-massage Düsen entnehmen Sie bitte unserer hydro-massage Broschüre oder auf [www.fluvo.de](http://www.fluvo.de).

## hydro-massage pro – elegant, dezent und wirkungsvoll



Stilvoll und elegant liegt sich die neue 150 mm Durchmesser fluvo pro / pro art. Die Kurbelringe sind aufgedreht schraubbar.

Die hydro-massage pro / pro art. ist ein 150 mm Durchmesser, 150 mm hoch. Die mit verchromten Düsen ist die fluvo pro.

hydro-massage pro – art. ist ein 150 mm Durchmesser, 150 mm hoch. Die mit verchromten Düsen ist die fluvo pro.

pro balance inox



12 m³/h  
150 mm

40 cm²

pro balance inox



12 m³/h  
150 mm

140 cm²

pro balance ABS



12 m³/h  
150/190 mm

40 cm²

pro balance ABS



12 m³/h  
150/190 mm

140 cm²

Fluvo Aluminium | Chromplatt | 10 Jahre Garantie

Fluvo Aluminium | Chromplatt | 10 Jahre Garantie

# hydro-massage compact – kraftvoll und breitflächig



Die **compact**-Serie besteht durch ihre geringe Vertiefung, die großen Durchmesser, einstellbaren, kraftvollen Wasserstrahlen. Durch die hohe Bauart ist die **compact**-Hydro-Massage besonders für den Bodenbereich geeignet.

Hydro-massage **compact** ist ein innovatives Produkt mit hoher Leistung. Die **compact**-Serie ist ein effizientes, leistungsstarkes Produkt, das sowohl für den Boden als auch für die Wand geeignet ist. Die **compact**-Serie ist ein innovatives Produkt, das sowohl für den Boden als auch für die Wand geeignet ist.

Hydro-massage **compact** – **powerful and wide**  
The **compact** series impresses with its unique effect. The large jet holes allow wide-area massage effect. Due to its flat design, even **compact** hydro-massage can be easily installed in the floor.

**compact pulsare inox**



7 m<sup>2</sup>/h  
150 mm  
10 cm<sup>2</sup>



12 m<sup>2</sup>/h  
150 mm  
250 cm<sup>2</sup>

**compact compact inox**



20 m<sup>2</sup>/h  
150 mm  
410 cm<sup>2</sup>

**compact pulsare PVC**



7 m<sup>2</sup>/h  
120-170 mm  
10 cm<sup>2</sup>



12 m<sup>2</sup>/h  
120-170 mm  
250 cm<sup>2</sup>

**compact compact PVC**



20 m<sup>2</sup>/h  
120-170 mm  
410 cm<sup>2</sup>



inox



20 m<sup>2</sup>/h  
150 mm  
140 cm<sup>2</sup>

compact ABS



20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>

compact inox

20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>

20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>

20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>

20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>

20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>

20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>

20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>

20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>

20 m<sup>2</sup>/h  
150/190 mm  
140 cm<sup>2</sup>



Schmalenberger GmbH + Co. KG  
Strömungstechnologie  
Im Schelmen 9 - 11  
D-72072 Tübingen  
Tel.: +49 (0) 7071/70 08-0  
Fax: +49 (0) 7071/70 08-10  
Email: [info@schmalenberger.de](mailto:info@schmalenberger.de)  
[www.fluvo.de](http://www.fluvo.de)