

# ZenSpire

## ARMY®

COACH NOMADE DE RESPIRATION



**ANTI-CHOC**  
810G MIL STD  
1,2 MÈTRE



**WATERPROOF**  
IP-67  
1 MÈTRE



VIBRATION



LUMIÈRE

RESPIREZ en COHÉRENCE CARDIAQUE

## ZENSPIRE Army®, la solution !

Un dispositif novateur, 100% efficace, simple & accessible à tous.

Utilisable 24/24, par toutes les forces armées, en toutes circonstances et quelque soit la mission.

## LA MÉTHODE LA PLUS FACILE ET OPÉRATIONNELLE !



## RESPIREZ AU RYTHME DE LA LUMIÈRE OU DE LA VIBRATION

LES BIENFAITS SE FONT RESSENTIR DÈS LA 1<sup>ÈRE</sup> MINUTE !

La cohérence cardiaque est une pratique respiratoire simple, idéale pour lutter efficacement contre le stress.

## QUE SE PASSE-T-IL ?

Respirer de façon ample et profonde en état de cohérence cardiaque est une solution simple, rapide et efficace pour réguler la variabilité du rythme cardiaque. Cela induit naturellement un état de recentrage, de stabilité physiologique et émotionnelle entraînant une sensation de calme. L'activité cardiaque, immédiatement équilibrée par cette respiration régulière, s'apaise. Il transmet ainsi au cerveau un message rassurant : « Je maîtrise, no stress » ! C'est simple mais encore faut-il respirer au bon rythme.

Pour vous guider, votre partenaire idéal est ZENSPIRE Army®, votre coach nomade de respiration.

## FICHE TECHNIQUE ZENSPIRE ARMY

- Mise en service immédiate
- Bouton unique ON/OFF avec fonction mémoire
- Programmes de cohérence cardiaque intégrés : RELAX 5s / 5s • SLEEP 4s / 6s • MISSION 5s / 5s
- Rétroéclairage LED intelligent
- Moteur vibrant type smartphone
- Anti-choc 810G MIL STD
- Silicone hypoallergénique
- Waterproof IP67
- Batterie lithium 400mAh - 3,7V avec indicateur de charge
- Câble USB Type C nylon tressé ultra résistant : 100 cm
- Sangle silicone tour de coup 40 cm, sangle porte-clés 10 cm
- Manuel d'utilisation et d'évaluation
- Poids : 50 g
- Dimension : 62 x 47 x 24 mm



## POCHETTE TACTIQUE

- Multi-fonction EDC . Système d'attache MOLLE
- Nylon 900D Oxford haute résistance
- Mousqueton, porte identifiant velcro inclus
- Double zip
- Dimension : 180 x 120 x 25 mm
- 3 couleurs au choix



## BRACELET NATO ZULU (OPTION)

- Nylon Tressé ultra résistant 1,5 mm  
Largeur 20 mm
- 5 boucles PVD acier inox noir mat  
Incassable et indémontable
- 6 couleurs au choix



## ECUSSON PVC 3D

- Dimension maxi : 75 x 50 mm
- Durable dans le temps
- Excellent rendu
- OPTION : écusson personnalisé



Développé en collaboration avec L'IRBA  
(Institut de Recherche Biomédicale des Armées)

[WWW.ZENSPIRE.COM](http://WWW.ZENSPIRE.COM)  
[pro@zenspire.com](mailto:pro@zenspire.com)



Depuis un smartphone,  
vous pouvez scanner  
ce QR Code pour obtenir  
le manuel d'utilisation.

