



MINUN LAJINI

RADIOJUONTAJA Annika Metsäketo

löysi uinnin rinnalle hypoxin. Hän polkee kolme kertaa viikossa kuntopyörän näköistä laitetta, jossa polkija on vyötäröstä alaspäin alipainekotelossa. Ali- ja ylipaineen vuorottelu saa aineenvaihdunnan kiihtymään erityisesti pakoissa ja reisissä.

- Hypoxi tehoaa toisin kuin vaikkapa uinti; syke ei nouse eikä hiki virtaa, mutta verenkierto toimii. Poljen umpiossa puoli tuntia kerrallaan. Kahdentoista kerran jälkeen toivon näkeväni tuloksia, samankaltaisia kuin **Madonna!**