



KUMPI HEISTÄ
SINÄ OLET?
SINÄ PÄÄTÄT.



Tehokkuutta, terveyttä, jatkuvuutta

Heinäkuun tarjous OURA-älysormusmittauksiin

Oura-älysormusmittaus

Arjen palautumisen peilaamista mitattuun tietoon



Heinäkuu
mittaus
21 vrk tai
28 vrk

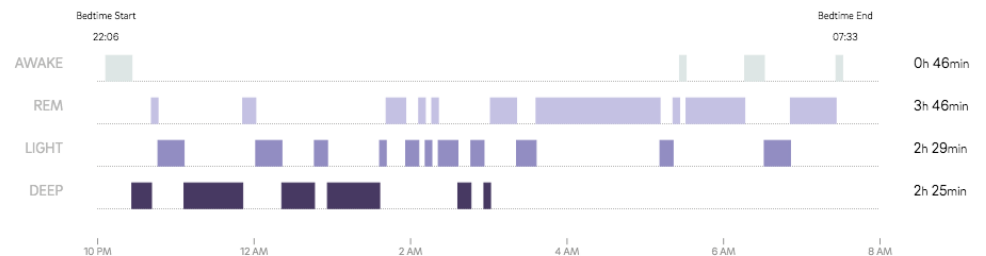
Älysormus, joka tallentaa mm:

- ✓ Sykevälivaihtelun
- ✓ Leposykkeen
- ✓ Hengitystaajuuden
- ✓ Kalorikulutuksen
- ✓ Kehon lämpötilamuutokset

Kerätyllä tiedolla voidaan osoittaa mm:

- ✓ Onko univaiheita riittävästi?
- ✓ Tapahtuuko unen aikana riittävästi sekä fyysistä että psyykkistä palautumista?
- ✓ Palautuuko keho yön aikana?

SLEEP STAGES



Mittaamisen hyödyt

Mittaustiedot jäävät henkilökohtaiselle OURA Cloud-tilille

- Mittaus tarjoaa kattavaa tietoa yksilön hyvinvoinnista (aktiiviteetti, uni, valmius)
- Päivittäinen seuranta Oura-puhelinsovelluksesta
- Saat palautetta arjen tasapainosta
- Sormusta voidaan käyttää kaikissa päivittäisissä tehtävissä (suihku, uiminen, sauna, ...)



- Tulokset siirretään automaattisesti Oura Cloud -tilillesi. Pyydämme lupaa käyttää tietoja yhteenvetoon ja palautteeseen
- Palautekeskustelu 30 min. annetaan online-yhteydellä

Heinäkuun kesätarjous

Mittaus, yhteenveto ja 30 minuutin palautekeskustelu

Mittaus heinäkuun aikana

- 21 vrk hinta 159 €
- 28 vrk hinta 179 €
- Sisältää toimitukset, yhteenvedon ja 30 minuutin palautekeskustelun online-yhteydellä
- Palautekeskustelut varataan elokuun alkuun

Mittaa joko kesän palautumisen vaikutus tai tasapaino kiireisessä kesäsesongissa



Osallistu mittaukseen



[Ilmoittaudu klikkaamalla tästä](#)

tai

ota yhteyttä

jari.siirtola@palaudutehokkaasti.fi