



GUTSCHEIN

für eine

Leistungsdiagnostik

Spiroergometrische Untersuchung auf dem Fahrrad oder dem Laufband:

- ✚ Belastungs-EKG und Blutdrucküberwachung
- ✚ Bestimmung der individuellen anaeroben Schwelle aus Messungen der Milchsäurekonzentration bei Belastung (Laktattest)
- ✚ Bestimmung der maximalen Sauerstoffaufnahme ($VO_2\max$)
- ✚ Bestimmung des Körperfettgehalts
- ✚ Bestimmung der individuellen Leistungsfähigkeit und Entwicklung von Trainingsempfehlungen aus den ermittelten leistungsphysiologischen Daten



Für

Von



Institut für Sport- und
Bewegungsmedizin
Turmweg 2 / Mollerstr. 2
20148 Hamburg
Telefon 42838-6339
www.sportmedizin-hamburg.com