

Leistungsdiagnostik

Preise

Paket Gold (ca. 2,5h) **285,- €**
• Food (inkl. personalisiertem Ausdruck)
• Activity (inkl. personalisiertem Ausdruck) **+ VO2 max.**
• Laktatanalyse

Paket Silber (ca. 2h) **245,- €**
• Food (inkl. personalisiertem Ausdruck)
• Activity (inkl. personalisiertem Ausdruck) **+ VO2 max.**

Paket Bronze (ca. 1,5h) **195,- €**
• Activity (inkl. personalisiertem Ausdruck) **+ VO2 max.**

Paket Ernährung (ca. 45 min) **55,- €**
• Food (inkl. personalisiertem Ausdruck)

Paket Laktat (ca. 1,5h) **155,- €**
Laktatanalyse (inkl. personalisiertem Ausdruck)

Paket Platin (Leistungssportler-Saison-Sparpaket) (Originalpreis 595,-) = **395,-€**

Beinhaltet:

Paket Gold

Dazu 2x Laktatanalyse (zu späteren Zeitpunkten)

Personalisierte Handy App Ernährungsplan **39,99-€**

- Für 3 Monate

Personalisierte Handy App Ausdauertrainingsplan

- Für 3 Monate (wenn Programm Food durchgeführt wurde automatisch bei Activity dabei)

Alle Mitglieder unseres med. Trainingszentrums bekommen 10% Preisnachlass,
(außer bei Preisen der Handy App Ernährung- Trainingsplan)

*Aesculapi Physiotherapie & med. Trainingszentrum
Jennerstraße 1 + 3, 83404 Ainring
08654/7797890*

Legende

Food Analyse

- Stoffwechselanalyse im Ruhezustand. Grundlage für eine maßgeschneiderte Ernährungs- und Trainingsstrategie. Ermittelt den Anteil an verstoffwechselten Kohlenhydraten, Fetten und Eiweißen.

Activity Analyse (Spiroergometrie)

- Stoffwechselanalyse unter Belastung wird als Stufentest durchgeführt und ermittelt individuelle Pulsbereiche wie bei einer Laktatanalyse dazu mit VO₂ max. Ermittlung und optimale Fettverbrennungsbereiche.

Laktatanalyse

- Der Laktatleistungstest wird als Stufentest durchgeführt, nach deren Absolvierung jeweils der Laktatwert im peripheren Kapillarblut festgestellt wird. Durch die graphische Darstellung dieser Laktatwerte können wichtige Kenngrößen des Stoffwechsels bestimmt werden, insbesondere die anaerobe Schwelle, das Gleichgewicht aus Laktatabbau und Laktatfreisetzung.

Bei Fragen wendet euch bitte an Sebastian & Franz.