

Leistungsdiagnostik

Preise

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

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

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

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

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

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

Beinhaltet:

Paket Gold

Dazu 2x Laktatanalyse (zu späteren Zeitpunkten)

Personalisierter Ernährungsplan **60,-€**
• Für 3- 6 Monate im gebunden Heft

Personalisierter Ausdauertrainingsplan **60,-€**
• Für 3 Monate im gebunden Heft

Alle Mitglieder unseres med. Trainingszentrums bekommen 10% Preisnachlass.

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

Legende

Nutrition

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

Performance (Spiroergometrie)

- Stoffwechselanalyse unter Belastung wird als Stufentest durchgeführt und ermittelt individuelle Pulsbereiche, wenn gewollt mit VO₂ max. Ermittlung

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.