

# Diagnostikzentrum Vorarlberg

*die Experten in Sachen Bewegung*



Liebe Vereinsmitglieder ,

vielen Dank für euer zahlreiches Erscheinen beim Vereinsabend. Wie besprochen schicken wir euch das spezielle Angebot!



Lasse Deine Fitness und Deine Gesundheit von uns überprüfen. Mit den Daten und Ergebnissen dieser sportmedizinischen Untersuchung kannst Du Dein zukünftiges Training effektiver gestalten und steuern. Gerade für Sparteinsteiger ist dieser Test enorm wichtig, um das Training in den richtigen Intensitäts- und Trainingsbereichen durchzuführen.

## Stoffwechsel- und Leistungsdiagnose

### 1. Inhalte einer Großen Diagnostik:

#### Ärztliche Untersuchung:

- Feststellung von Vorerkrankungen, Sportunfällen, Risikofaktoren, sportl. Betätigung
- Blutprofil
- Erfassung des körperlichen Status (orthopädisch und internistisch)
- Ruhe EKG

#### Belastungsuntersuchung:

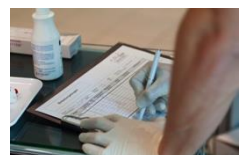
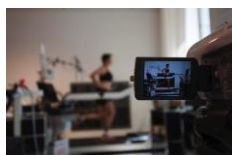
1. Ausführliches Anamnesegespräch
2. Ruhe EKG
3. Analyse der Körperzusammensetzung mittels Bioimpedanz-Analyse
4. Belastungstest auf dem Radergometer oder Laufband mit Laktatdiagnostik zur Festlegung und Planung der optimalen Trainingsintensitäten
5. Atemgasanalyse/ Spiroergometrie
6. Belastungs-EKG
7. Besprechung der Ergebnisse mit Trainingsempfehlungen

Kosten: 210€ - 70€ Landesförderung = **140€ Selbstbehalt**

### 2. Inhalte einer Kleinen Diagnostik (Retest):

1. Ausführliches Anamnesegespräch
2. Ruhe EKG
3. Analyse der Körperzusammensetzung mittels Bioimpedanz-Analyse
4. Belastungstest auf dem Radergometer oder Laufband mit Laktatdiagnostik zur Festlegung und Planung der optimalen Trainingsintensitäten
5. Atemgasanalyse/ Spiroergometrie
6. Belastungs-EKG
7. Besprechung der Ergebnisse mit Trainingsempfehlungen

Kosten: 110€



AKTION!



## Unser Angebot für den Verein im Wald läuft:

Bei Buchung einer großen Leistungsdiagnostik bis 13.03.2016 , bieten wir Dir den Retest (Kleine Diagnostik) zum halben Preis.

Mit dieser erneuten Leistungstestung, kannst Du zum einem sehen, wie sich Deine individuelle anaerobe Schwelle verschoben hat, und zum anderen bekommst Du Deine neuen Trainingsbereiche um Dein Training stets effektiv zu halten.

**Kontakt: Günter Ernst** Leiter des Diagnostikzentrums Vorarlberg

+43 5522-38069 [info@leistungsdiagnostikzentrum.at](mailto:info@leistungsdiagnostikzentrum.at)

Adresse: Schießstätte 12B 6800 Feldkirch [www.leistungsdiagnostikzentrum.at](http://www.leistungsdiagnostikzentrum.at)

