

SPORTMEDIZINISCHE CHECK-UPS

Inhalte	Basic	Cardio	Cardio Sport	Cardio Sport Plus
Sportmedizinischer Fragebogen	•	•	•	•
Ausführlicher sportmedizinischer Untersuch	•	•	•	•
Überprüfung von Herz-Kreislauf-Funktion und Evaluation von Risikofaktoren (Ruhe-EKG, Blutdruck, Puls)	•	•	•	•
Sportmedizinisches Labor	•	•	•	•
Cardio-spezifische Ergänzungen zum sportmedizinischen Labor		•	•	•
Messung von Körperzusammensetzung, Flüssigkeitshaushalt und Grundumsatz (Bioimpedanzanalyse)		•	•	•
Belastungs-EKG		•	•	•
Laktatmessungen während Belastung (Laktatstufentest), Bestimmung der individuellen Trainingsintensitätszonen sowie gezielte Trainingsempfehlungen			•	•
Messungen der Atmung und Bestimmung der maximalen Sauerstoffaufnahme während Belastung (Spiroergometrie)				•
Screening von Beweglichkeit, Stabilität und Funktion des Bewegungsapparates (FMS) inkl. Einführung in ein individuelles Übungsprogramm				•
Besprechung der Ergebnisse und Beratung durch den Sportarzt an einem separaten Tag	•	•	•	•
Preis Paket (CHF)	560	790	840	1040