

Leistungsdiagnostik



Ausdauertests

Möchten Sie erfahren, wie es um Ihre Fitness und Gesundheit steht? Ob Sporteinsteiger, Hobby-Athlet oder ambitionierter Leistungssportler – wir testen Sie auf Ihrem bevorzugten Trainingsgerät (Velo, Laufband, Rudergerät).

Danach können Sie dank der persönlichen Trainingsdaten am effizientesten trainieren und auf Ihrem individuellen Leistungsniveau innert kürzester Zeit Fortschritte erzielen.



Krafttests

Sie möchten Ihre Kraft steigern? Testen Sie bei uns Ihre Rumpf- oder Sprungkraft mittels spezieller Tests wie ein Spitzensportler! Sie erhalten Empfehlungen, wie Sie sich steigern können.



Weitere Diagnostik

Wie beweglich sind Sie? Wie ist Ihr Verhältnis von Muskel- und Fettanteil? Sind Ihre Blutwerte in Ordnung? Auch diese Untersuchungen führen wir gerne mit Ihnen durch und beraten Sie.

Medizinische Abklärung und Gesundheits-Check-ups

Wir prüfen Sie auf Herz und Lunge! Sie spüren ein Stechen in der Brust bei sportlicher Aktivität oder haben Mühe mit der Atmung unter Anstrengung?

Lassen Sie bei uns Ihre Lungen überprüfen. Wir führen Lungenfunktions- und Asthmatests durch. Ihre Herzfunktion überprüfen wir mittels EKG in Ruhe und unter Belastung.

Packages

Wir bieten Ihnen verschiedene Packages an. Darin enthalten sind Tests, Auswertungen, Beratungen und Tipps aller Art:

- Präventions-Packages für Gesundheits-Check-ups
- Trainings-Packages, um Ihr Training zu erfassen und optimieren.