

SIE MÖCHTEN

Genauerer über Ihren Gesundheits- und Fitnesszustand erfahren?

Regelmäßig mit Sport beginnen oder wieder einsteigen?

Gezielt und effektiv trainieren?

Ihre Leistungsfähigkeit verbessern?

Sich auf einen sportlichen Wettkampf vorbereiten?

Ihre Wettkampfergebnisse verbessern?

Oder einfach nur lebenslang gesund und fit bleiben?

Mittels eines umfangreichen sportmedizinischen
Check-up's wird sowohl Ihr Gesundheitszustand
als auch Ihre Leistungsfähigkeit gründlich überprüft.

KINEMA
DIAGNOSTIK

**Lassen Sie Profis
für Sie arbeiten!**
Tel.: 0 99 47 / 90 28 14

KINEMA Therapiezentrum GmbH
Sepp Maurer jun.
WaldschlöBlstraße 12a
93453 Neukirchen beim Heiligen Blut
Tel.: 0 99 47 / 90 28 14
www.sportschule-kinema.de

KINEMA
DIAGNOSTIK



Trainingsbereichsanalyse

Wir ermitteln Ihren individuellen Trainingsbereich zum optimalen Fettstoffwechseltraining Anamnese.

- 3-Stufen-Test am Ergometer
- Herzfrequenzmessung
- Blutdruckkontrolle (am Fahrradergometer)
- Laktatanalyse inkl. Graphischer Auswertung
- Ermittlung der aerob-anaeroben Schwelle
- Ermittlung der individuellen Trainingsbereiche (GA1, GA2, IB)

45,- €

Zebris EMG Analyse - World of Biomechanic

Mit diesem Analysesystem sind wir auf dem derzeit neuesten sportwissenschaftlichen Stand der Biomechanic. Ermittelt werden Aktionspotentiale mittels Hautoberflächen-Elektroden.

Wir analysieren Ihre Dysbalancen sowie evtl. Muskelfunktionsstörungen und erstellen dann einen individuellen Trainingsplan für Sie. Die Messergebnisse bei der Ganganalyse, der Analyse der Bewegung der Hand- und Arm-Systems oder der Wirbelsäule werden in Echtzeit am Personalcomputer dargestellt und können später analysiert werden.

Dauer ca. 40 Min. (inkl. graphischer Auswertung)

55,- €

Muskelfunktionstestung

Wir testen Ihre Skelettmuskulatur und ermitteln muskuläre Dysbalancen und können so einen individuellen Trainingsplan erstellen. Anamnese / Muskelfunktionstestung / Bewegungsbereichsinspektion.

45,- €

Somatomtestung

Testverfahren nach den neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen zur Ermittlung von Flexibilität und Kraft. Anamnese / Somatomtest mit graphischer Auswertung.

27,- €

Isometrisch/Statische Maximalkraftmessung

Computerunterstützte Maximalkraftmessung „Back Check“ nach Dr. Wolf zur Ermittlung muskulärer Dysbalancen. Mit dem Back Check 608 steht uns ein multifunktionales Messsystem zur wissenschaftlichen Analyse der Kraftfähigkeit unterschiedlicher Muskelgruppen zur Verfügung. inkl. graphischer Auswertung und Trainingsplanerstellung.

30,- €

PWC Ausdauerstest

inkl. graphischer Auswertung

22,- €

KINEMA Eingangstestpaket

- Anamnese
- Muskelfunktionstest
- Computerunterstützte Isometrisch
- Statische Maximalkraftmessung
- Graphische Auswertung und Trainingsplanerstellung

70,- €

KINEMA Komplett

- Anamnese
- Muskelfunktionstest
- Leistungs – Somatomtestung
- Computerunterstützte Isometrisch – Statische Maximalkraftmessung
- Messung von Puls – Blutdruck
- Graphische Auswertung
- Individueller Trainingsplanerstellung
inkl. Textinstruktionen (Zyklusdauer bis 22 Wochen),
inkl. Feinplanung, EMG Analyse
- TBA – Fettstoffwechselanalyse, Analyse der Körperstatik

290,- €

Körperfettmessung

Ermittlung der Hautfaldendicke mit der Caliper Zange. Berechnung der Körperdichte und des Körperfettanteils mit graphischer Auswertung.

20,- €

Spiroergometrie/Laktat-Leistungsdiagnostik

Stufenweise ansteigender Belastungstest am Laufband oder auf dem Fahrradergometer. Neben den Parametern Herzfrequenz und Laktat werden über eine Maske vor Nase und Mund die Atemgase analysiert. Die Atemgasanalyse liefert zusätzlich Informationen über Atem- und Herz-Kreislauf-Funktionen und v.a. wichtige Details über den Energiestoffwechsel.

Je nach Wunsch kann die Untersuchung auf unserem HP Cosmos Laufband oder einem Fahrradergometer durchgeführt werden. Radsportler können die Untersuchung auf ihrem eigenen Fahrrad durchführen und so ihre ganz individuelle Sitzposition gewährleisten. Anhand dieser Daten und Ihrer Ziele werden individuelle und effektive Bewegungs- und Trainingsprogramme erarbeitet.

Die maximale Sauerstoffaufnahme (VO2 max) gilt in der Trainingswissenschaft als DAS Kriterium der Ausdauerleistungsfähigkeit.

150,- €

m3 Diagnostik

Statisch - Dynamische Muskeltestung für alle Gelenke
inkl. graphischer Auswertung und Trainingsplanerstellung.

Komplett

pro Gelenk

110,- €

40,- €

Höhentraining in unserer Höhenkammer (700 – 6500m)

Vorbereitung für Bergtouren, Leistungssteigerung im Ausdauersport
Fettstoffwechseltraining

25,- €/Std.

10er Abo Höhenttraining

Höhengenerator und Höhenzelt für Zuhause

149,- €

45,- €/Tag