



im.puls
Institut für Bewegung und Gesundheit sport



KÖRPER.BILD 360°

Umfangreiche leistungsphysiologisch-internistische und biomechanisch-orthopädische Untersuchung

KÖRPER.BILD 360°

Ihre umfangreiche leistungsphysiologisch-internistische und biomechanisch-orthopädische Untersuchung

Körper.bild ist ein komplexes Untersuchungsprogramm, welches ihr Herz-Kreislaufsystem und Ihre Leistungsfähigkeit, sowie Ihren Bewegungs- und Stützapparat als auch Ihre Bewegungsmuster analysiert.

Damit verbindet körper.bild alle erforderlichen Analysen, um Ihren Gesundheitszustand und Ihren Ist-Status festzustellen.

Darauf aufbauend hilft Ihnen diese komplexe Analyse Ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu erhalten und zu verbessern und ist die Grundlage für eine optimale Trainingsplanung.

- Lauf- und Bewegungsanalyse
- Internistische Untersuchung
- Orthopädische Untersuchung
- Spiroergometrie
- FMS Test
- Abschlussbesprechung und Coaching

Internistische Untersuchung

- medizinische Anamnese
- klinisch- internistische Untersuchung
- EKG
- Lungenfunktionsmessung
- Ultraschalluntersuchung
- Blutanalyse

Orthopädische Untersuchung

- klinische Untersuchung des Bewegungsapparats

Spiroergometrie

- Sportmedizinische Anamnese
- BIA-Analyse
- Sportmedizinische Leistungsdiagnostik mit Spiroergometrie (Laufband, Fahrradergometer oder mit eigenem Rad)

Laufanalyse *in der Sportwerkstatt Hudelist*

- Pedobarographie (3D Fußanalyse)
- Orthopädisch-physiologische Diagnostik und Bewegungsanalyse
- Biomechanische Video-Laufanalyse

FMS Test ® (Functional Movement Screen)

- Analyse von Bewegungsmustern
- Auswertung von Bewegungsdysfunktionen und Asymmetrien
- Korrektur durch therapeutische Übungen

Abschlussbesprechung

- individuelle Besprechung der umfangreichen Auswertung und Coaching
- Trainingsempfehlungen mit individueller Übungsauswahl

Welche Ergebnisse und Nutzen liefert Ihnen körper.bild

- Beschreibung Ihres Gesundheitszustandes und Früherkennung von Gesundheitsrisiken
- Vorbeugen von Überlastungsschäden und Verletzungen
- Erkennen von muskulären Dysbalancen mit gezielter Übungsanleitung
- Freude an Bewegung und Sport
- Beschreibung von Leistungsgrenzen und Leistungsreserven
- Messung der Ausdauerleistungsfähigkeit und maximalen Leistungsfähigkeit
- Bestimmung von leistungslimitierenden Faktoren
- Messung der Bewegungsökonomie und des Energiestoffwechsels
- Kontrolle der Mitarbeit und Leistungsbereitschaft des Sportlers

Zielgruppe

- Sportbeginner die gesund Sport betreiben möchten
- Hobbysportler die mit Sport ihre Gesundheit erhalten und Ihre Leistungsfähigkeit verbessern möchten
- Profisportler mit dem Ziel Ihre Leistungsfähigkeit im Wettkampf zu verbessern und gesundheitliche Risiken zu vermeiden
- Für alle die aktive Gesundheitsvorsorge betreiben möchten

NEUE WEGE ENTDECKEN...



Termine nach Vereinbarung

0463 56 117

office@impulssport.at

www.impulssport.at

Koschatstraße 20 - 9020 Klagenfurt



in Zusammenarbeit mit:

der **Hudelist**[®] **SPORT WERK STATT** **GESUND HEITS WERK STATT**[®]
Mit Freude bewegen.

www.hudelist.at