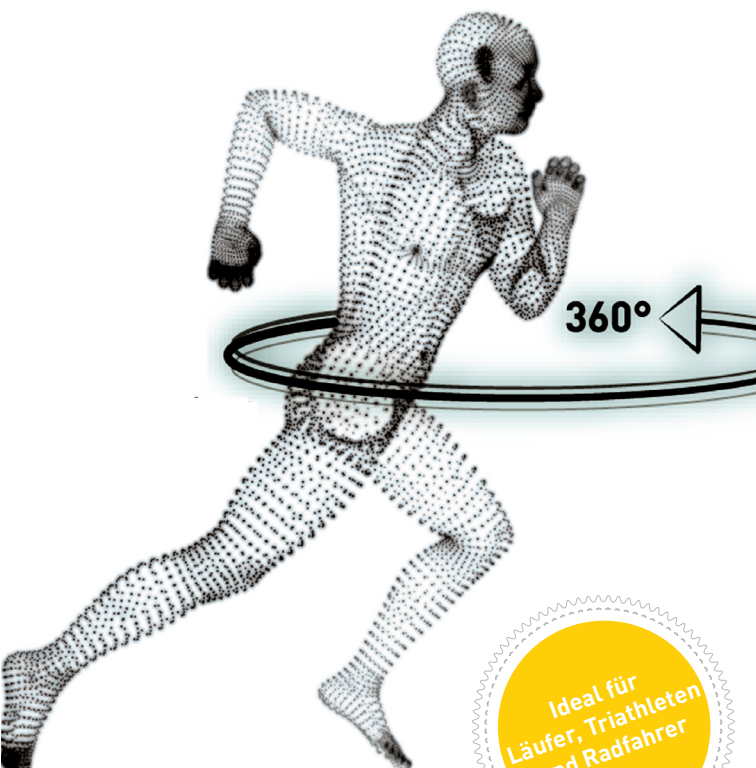




im.puls  
sport

Institut für Bewegung und Gesundheit



Ideal für  
Läufer, Triathleten  
und Radfahrer

## KÖRPER.BILD 360°

High-End-Diagnostik im Hobby- und Leistungssport

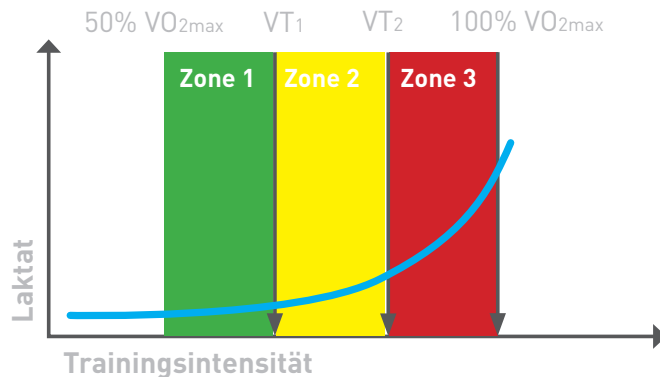
- Für ein erfolgreiches und gesundes Training
- Internistische und orthopädische Untersuchungen, Leistungsdiagnostik und Bewegungsanalyse

## Ideal für Läufer, Triathleten und Radfahrer

Das körper.bild 360° wurde für **Ausdauersportarten** wie Laufen, Triathlon und Radfahren konzipiert. Es dient zur **aktiven Gesundheitsvorsorge** und bildet eine ausgezeichnete Grundlage für ein **erfolgreiches und gesundes Training**. Gesundheitliche Risiken beim Sport werden minimiert.

Die **Leistungsfähigkeit wird verbessert**.

Dieses High-End-Diagnostik-Paket eignet sich sowohl für **Sport(wieder)einsteiger** als auch für ambitionierte **Hobby- und Profisportler**.



## High-End-Diagnostik

### im.puls körper.bild 360°

Das im.puls körper.bild 360° ist eines unserer aussagekräftigsten und umfangreichsten Diagnostikpakete. HerzKreislauf-System, Bewegungs- und Stützapparat, Leistungsfähigkeit und Bewegungsmuster werden detailliert analysiert.

Sie bekommen darüber hinaus wertvolle Tipps zur Verbesserung der Bewegungsabläufe, zur Leistungssteigerung und zur Gesunderhaltung.

#### 360° untersucht - Das premium Untersuchungsprogramm für Sportler

Im körper.bild 360° werden Herz-Kreislauf-System, Bewegungs- und Stützapparat, Leistungsfähigkeit und Bewegungsmuster detailliert analysiert.

Die Untersuchungsergebnisse sind die Grundlage um Ihren Gesundheitszustand und Ihre Leistungsfähigkeit zu beurteilen. körper.bild 360° ist die Grundlage für eine optimale Trainingsplanung damit Sie ihre Trainings- und Wettkampfziele gesund erreichen können.

## Alle Leistungen im Detail

### Internistische Untersuchung

- Klinisch-internistische Untersuchung
- EKG / Lungenfunktionsmessung
- Herz- Ultraschalluntersuchung
- Blutanalyse

### Orthopädische Untersuchung

- Klinische Untersuchung des Bewegungsapparats
- Beratung bei Beschwerden am Bewegungsapparat

### Spiroergometrie

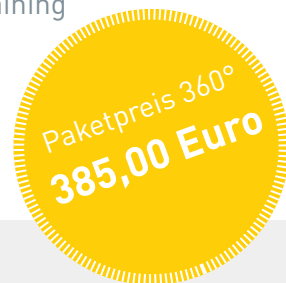
- Sportmedizinische Anamnese
- Sportmedizinische Leistungsdiagnostik mit Spiroergometrie (Laufband, Fahrradergometer oder mit eigenem Rad)
- BIA Bioelektrische Impedanzanalyse (Analyse Körperzusammensetzung Fett/Muskelmasse/Wasser)

### FMS Test® (Functional Movement Screen):

- Analyse von Bewegungsmustern
- Auswertung von Bewegungs-dysfunktionen und Asymmetrien
- Korrektur durch therapeutische Übungen

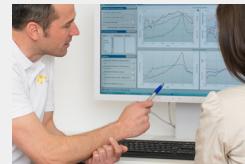
### Abschlussbesprechung

- Individuelle Besprechung der Auswertung mit wertvollen Tipps für Ihr Training



# Ihr Benefit - das alles kann Ihr körper.bild 360°

- Beschreibung des **Gesundheitszustandes**
- **Früherkennung** von gesundheitlichen Risiken
- **Vorbeugung** von Überlastungsschäden und Verletzungen
- Tipps zur **Gesunderhaltung**
- Beschreibung von **Leistungsgrenzen und Leistungsreserven**
- Messung der **Ausdauerleistungsfähigkeit** und der maximalen Leistungsfähigkeit
- Bestimmung von **leistungslimitierenden Faktoren**
- Messung der **Bewegungsökonomie und des Energiestoffwechsels**
- Tipps zur **Leistungssteigerung**
- Tipps zur Verbesserung der **Bewegungsabläufe**
- Tipps für ein **optimales Training**



**Termine nach Vereinbarung**

**im.puls sport**

Ihr Institut für Bewegung und Gesundheit in Klagenfurt

Koschatstraße 20 - 9020 Klagenfurt

T +43 463 56117 / office@impulssport.at / www.impulssport.at

im.puls sport institut 2018/19