

Preisliste Diagnostik

1. Leistungstest (Bike oder Run): 99 €

Inhalt:

- Stufentest am Laufband oder Ergometer mit Laktatbestimmung
- Anamnese
- Bestimmung anthropometrischer Daten
- Analyse Körperzusammensetzung und Ernährungszustand
- Festlegung der Trainingsbereiche anhand Herzfrequenz und Laktatwerten
- Abschlussgespräch mit Beratung

2. Leistungstest Triathlon spezial (Bike UND Run): 179 €

Inhalt:

- Stufentest am Laufband und Ergometer mit Laktatbestimmung
- Anamnese
- Bestimmung anthropometrischer Daten
- Analyse Körperzusammensetzung und Ernährungszustand
- Festlegung der Trainingsbereiche anhand Herzfrequenz und Laktatwerten
- Abschlussgespräch mit Beratung

3. Fitnesstest (Bike oder Run): 49 €

Inhalt:

- Wie 1.), jedoch ohne Laktatbestimmung

4. Feldtest (TEAM): 39 €/Person (ab 5 Teilnehmern)

Inhalt:

- Leistungstest im Freien mit Herzfrequenz und Laktatbestimmung

5. Leistungstest „Laktat only“: 59€

- Sie haben bereits einen Leistungstest absolviert
- Sie wollen einen Vergleich zu einem früheren Trainingszustand
- Sie geben die Stufen am Laufband oder Ergometer vor- und es kann losgehen
- Ideal für erfahrene Athleten, die nur einen „Kurvenvergleich“ bzw. Leistungscheck wollen

Weitere Angebote auf Anfrage!