



Leistungsdiagnostik

Die Sportberatung beginnt in der Regel mit einer körperlichen sowie leistungsdiagnostischen Untersuchung.

Im Rahmen der Leistungsdiagnostik kann mittels **Ergometer-Test** (Fahrrad) die **körperliche Leistungsfähigkeit (Fitness)** ermittelt werden. Ergänzend kann eine **Lungenfunktionsprüfung** durchgeführt werden.

Gemessen werden neben der körperlichen Leistung die Pulsfrequenz und der Blutdruck. Außerdem wird ein EKG unter Belastung durchgeführt.

Eine Leistungsdiagnostik dient der

- Ermittlung der Leistungsgrenze:
 - bei Personen nach einer längeren Trainingspause
 - bei Personen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen die sportlich aktiv werden möchten, z.B. nach einem Herzinfarkt oder bei Bluthochdruck
- Beurteilung der Leistungsgrenze und der Qualität des bisherigen Trainings:
 - bei Hobby- und Freizeitsportlern
 - bei Leistungssportlern

Ihr Nutzen:

Eine Leistungsdiagnostik ermöglicht die exakte Beurteilung Ihrer körperlichen Fitness.

Durch die Leistungsdiagnostik lässt sich für Sie ein **individuelles Trainingsprogramm** erarbeiten, mit dessen Hilfe Sie Ihre **körperliche Leistungsfähigkeit optimal steigern** können.

Allgemeinmedizinische Praxis Dr. med. Silke Pasker Schaezlerstr. 17 86150 Augsburg Telefon: 0821 30 516	Montag	08:00 - 12:00 Uhr und 15:00 - 18:00 Uhr
	Dienstag	08:00 - 12:00 Uhr
	Mittwoch	09:00 - 10:30 Uhr
	Donnerstag	08:00 - 12:00 Uhr und 15:00 - 17:00 Uhr
	Freitag	09:00 - 10:30 Uhr