
Aktivně sporující

Pro rekreačně sportující doporučujeme pravidelmou kontrolu své kondice a stavu pohybového systému. Pravidelná kontrola je důležitá ke zhodnocení efektů předchozího tréninku a ke stanovení optimálních objemů a intenzit pohybové aktivity. Níže najdete nejčastější balíčky, které jsou využívány rekreačními sportovci. Pokud máte zájem o konkrétní sport, nahlédněte do nabídky "podle sportu".

1. Tělesné složení (multifrekvenční bioimpedance) a funkční zátěžový test (spiroergometrické vyšetření – běh nebo kolo)

- a. Časová náročnost: 60min
- b. Finanční náročnost: 1000Kč (vč. DPH)
- c. Forma výstupu: Komentář + individuální protokol

2. Tělesné složení, posturální stabilita, funkční zátěžový test (spiroergometrické vyšetření – běh nebo kolo)

- a. Časová náročnost: 60min
- b. Finanční náročnost: 1200Kč (vč. DPH)
- c. Forma výstupu: Komentář + individuální protokol

3. Tělesné složení, posturální stabilita, kineziologický rozbor – varianta A, Funkční zátěžový test (spiroergometrické vyšetření – běh nebo kolo)

- a. Časová náročnost: 60min
- b. Finanční náročnost: 1600Kč (vč. DPH)
- c. Forma výstupu: Komentář + individuální protokol

4. Tělesné složení, posturální stabilita, explozivní síla, izokinetická síla, Funkční zátěžový test

- a. Časová náročnost: 50min
- b. Finanční náročnost: 1900Kč (vč. DPH)
- c. Forma výstupu: Komentář + individuální protokol

5. Tělesné složení, kineziologický rozbor, posturální stabilita, explozivní síla, izokinetická síla, Funkční zátěžový test

- a. Časová náročnost: 70min
- b. Finanční náročnost: 2100Kč (vč. DPH)
- c. Forma výstupu: Komentář + individuální protokol

6. Návrh intervenčních programů, konzultační a poradenská činnost

- a. Dle časové náročnosti od 800Kč/hod (vč. DPH)