
Plavání



Plavání je moderní sport, jehož obliba v České republice stále stoupá. Jeho vyznavači jsou jak z řad vrcholových a výkonnostních sportovců, tak rekreační sportovci, jejichž cílem může být např. zvládnout plavecký způsob kraul. Z hlediska diagnostických metodik je pro plavce důležité sledovat a hodnotit tělesné složení (podíl tukové hmoty, tukuprosté hmoty, svaloviny a množství tělesné vody) a úroveň předpokladů pro vytrvalostní (spirometrické a spiroergometrické ukazatele, posuzování aktuální výkonnosti) a silový výkon (silové předpoklady hodnocené pomocí přístroje Biokinetic). V neposlední řadě je důležité získat informace o stavu pohybového aparátu (kineziologický rozbor) pro diagnostiku dysbalancí, posouzení možných rizik při tréninku a popř. závodech a návrhu jejich korekcí. Další oblastí je hodnocení techniky jednotlivých plaveckých způsobů.

Nejčastější balíčky

Uvedené balíčky a jejich ceny platí při minimálním počtu pěti testovaných osob najednou. Při účasti více osob v jednom balíčku je možná sleva až 20% (při 20 a více osobách najednou).

1. Tělesné složení, spiroergometrie (běh)

Časová náročnost: cca 60 min

Finanční náročnost: 900Kč (vč. DPH)

Forma výstupu: komentář + individuální protokol s porovnáním se standardami pro běže

2. Tělesné složení, spirometrie, spiroergometrie (běh), kineziologický rozbor

Časová náročnost: cca 80 min

Finanční náročnost: 1600Kč (vč. DPH)

Forma výstupu: komentář + individuální protokol s porovnáním se standardami pro běže

3. Tělesné složení, biokinetic

Časová náročnost: cca 60 min

Finanční náročnost: 1000Kč (vč. DPH)

Forma výstupu: komentář + individuální protokol s porovnáním se standardami pro plavání

4. Individuální konzultace s detailní interpretací výsledků a s doporučením do tréninku

Časová náročnost: 60 min

Finanční náročnost: 800Kč (vč. DPH)