

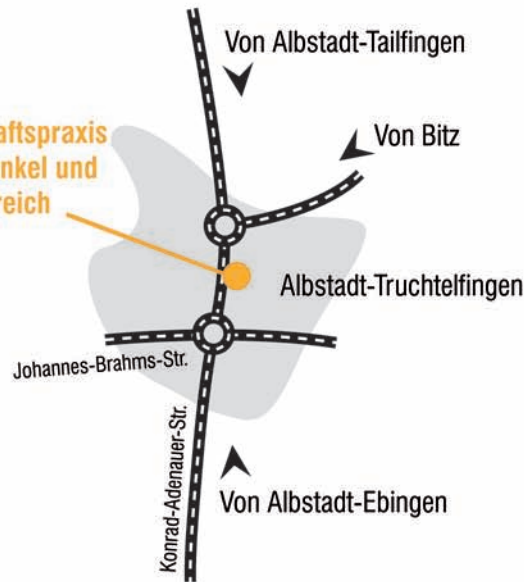
Unsere Adresse



GEMEINSCHAFTSPRAXIS

Dr. med.
Oliver Henkel

Dr. med.
Hans-Eberhard Streich
Fachärzte für Innere Medizin



Unsere Sprechzeiten

Montag bis Freitag	8.00 - 12.00 Uhr
Montag bis Mittwoch	14.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag Nachmittag	geschlossen
Freitag	14.00 - 17.00 Uhr

www.blodstar-media.net

Internet www.henkelstreich-internisten.de
E-Mail henkelstreich-internisten@t-online.de
Telefon 07432 6890 (Termine nach Vereinbarung)

Sportmedizinische Leistungsdiagnostik



Dr. Henkel - Dr. Streich

GEMEINSCHAFTSPRAXIS

Fachärzte für Innere Medizin

Konrad-Adenauer-Str. 92
72461 Albstadt

Telefon 07432 6890

Leistungsdiagnostik

Wir führen die Leistungsdiagnostik auf einem Fahrradergometer durch. Zuvor erfolgt jedoch eine klinische Untersuchung (Blutdruck, Herz, Lunge), um krankhafte Veränderungen frühzeitig zu erkennen.

Die Belastungsstufen werden regelmäßig gesteigert und nach jedem Belastungsintervall wird die Lactat-Konzentration (Milchsäure-Konzentration) im Blut gemessen.

Die Auswertung erfolgt über ein Computer-Programm, welches durch seine Aussage über das Leistungsvermögen und die individuelle anaerobe Schwelle die Erstellung des individuellen Trainingsplans unterstützt (Software-Programm Ergonizer, Kai Röcker). Optimal wäre es, vor dem Stufentest eine Ultraschall-Untersuchung durchzuführen, um schon frühzeitig strukturelle Schäden am Herzen zu erkennen.



Für wen

Leistungsdiagnostik ist für jeden Sportler wichtig, nicht nur im Leistungssport.

Wir suchen den:

- ▶ Ambitionierten oder wettkampforientierten Hobbysportler
- ▶ gesundheitsorientierte Breiten- und Fitnesssportler
- ▶ Herzranke, die ihre Übungs- und Trainingsbereiche kennen lernen wollen.

Was wir bieten

- ▶ Herausfinden der optimalen Herzfrequenzbereiche für Ihr Training
- ▶ Entwicklung eines individuellen Trainingsplans
- ▶ Aussagen über gesundheitsfördernde Sportarten und Herzfrequenzen für Herzranke

Unsere Preise

Lactat-Stufentest mit med. Belastungs-EKG (Eingangstest)	100,00 Euro
Ultraschalluntersuchung des Herzens (Echokardiographie) (fakultativ)	100,00 Euro
Lactat-Stufentest (Folgetest)	85,00 Euro
Feldtest (Lactat-Stufentest auf der Bahn o. ä.)	200,00 Euro

Warum Leistungsdiagnostik?

Häufigste Ursache für fehlenden Trainingserfolg ist oft zu viel und zu hartes Training...

