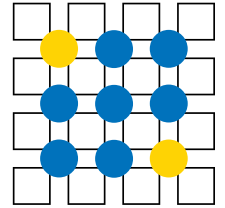


Sie möchten „richtig“
in Bewegung kommen?

Individuelle Gesundheitsleistungen
der Gemeinschaftspraxis Ruhr



Möchten Sie sich wieder mehr bewegen? Oder sind Sie schon dabei und möchten einfach sicher gehen?

Ist Ihr Ziel ...

- endlich wieder etwas für Ihr Wohlbefinden zu tun
- für sich die passende Sportart zu finden
- mit Bewegung langfristig abzunehmen
- für höhere Ziele zu trainieren, vielleicht einen Marathon?

Auch wenn Leistungs- und Freizeitsportler eine andere Zielsetzung haben, die Ausgangsbedingungen sind gleich: Das Training sollte zu den persönlichen Bedürfnissen und Voraussetzungen passen und mögliche Risiken umgangen werden.

Mit dem individuellen Sport-Check möchten wir Sie unterstützen, „richtig“ in Bewegung zu kommen.

Der Sport-Check ist individuell und setzt sich, je nach persönlicher Voraussetzung und Zielsetzung, zusammen aus:

- Beratung bezüglich der gewünschten Sportart oder Vorschläge die passende Sportart zu finden, darauf abgestimmte körperliche Untersuchungen
- Echokardiographie (Herz-Ultraschall)
- Belastungs-EKG
- individuelle Leistungsdiagnostik mit Laktatmessung auf dem Ergometer oder Laufband
- darauf abgestimmte Trainingsberatung aus ärztlicher Perspektive für Anfänger, Könner und Profis

Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne, welcher Sport-Check für Sie sinnvoll ist.

Sport-Check