

# LEISTUNGSDIAGNOSTIK & ERNÄHRUNGSDIAGNOSTIK



**AUSDAUER  
ZENTRUM Ö**

**erpse · INSTITUT**



**LEISTUNGSDIAGNOSTIK**

**ERPSE BERATUNG**

## erpse Checkup Sport

### 1. Ergometrie & BIA-Messung

- Erklärung des Testablaufes
- Erklärung der Testergebnisse
- Messung Körperzusammensetzung
- Aerob und anaerobe Schwelle
- Ökonomie
- Bestimmungen der Trainingsbereich
- Vergleich mit Referenzwerten
- Leistungspotenzial ermitteln

### 2. erpse Beratung mit

- Anamnese,
- Fragebögen,
- Kalipermessung,
- Ernährungsplan

**369,00 €**

## erpse Complete Sport

### 1. Ergometrie & BIA-Messung

**2. Beratung** mit Anamnese, Fragebögen, Kalipermessung, Ernährungsplan

**3. Klärung von Fragen** via Telefon/online

**4. Erfolgskontrolle** und Anpassungen der Planung

**6. Beratung** mit Anamnese, Fragebögen, Kalipermessung, Ernährungsplan

### 5. Ergometrie & BIA-Messung

**779,00 €**

Ausdauerzentrum Österreich  
Alex Unger  
+43 664 3064677  
office@ausdauerzentrum.at



erpse Marchtrenk  
Martina Ritter  
+43 676 7735766  
ritter@roneck-sportmed.at