

## Leistungsdiagnostik 2019

|                            | Classic | INSCYD | Pro |
|----------------------------|---------|--------|-----|
| Gesamteindruck             | +       | ++     | +++ |
| Trainingssteuerung         | +       | ++     | +++ |
| Trainingsbereiche          | +       | ++     | +++ |
| Fettstoffwechsel           | +       | ++     | +++ |
| Kohlenhydratverbrauch      | +       | ++     | +++ |
| Anaerobe Schwelle          | +       | ++     | +++ |
| Laktatkinetik              | +       | ++     | +++ |
| VO2max / Max aerobe Power  | +       | ++     | +++ |
| Energieaufwand & Ökonomie  | (+)     | ++     | +++ |
| Vlamax                     |         | ++     | +++ |
| Anaerobe Kapazität         |         | ++     | +++ |
| Körperfettmessung          |         | ++     | +++ |
| Maximalkraft / Sprintkraft |         |        | +++ |

| Leistung   | Brutto LANS 2019           | Dauer                            | Besonderheiten  |
|--|----------------------------|----------------------------------|---|
| <b>Einsteiger Paket</b><br>Spiroergometrie Laufband oder Rad<br>+ Belastungs-EKG (nur Rad)   | 150 €<br>*210 €<br>**250 € | 60min<br>+30min Auswertegespräch | 2h vor der Diagnostik nüchtern<br>(KEIN ZUCKER)                       |
| <b>Spiroergometrie + Laktatmessung Laufband oder Rad</b><br>+ Belastungs-EKG (nur Rad)   | 230 €<br>*290 €<br>**330 € | 60min<br>+30min Auswertegespräch | 2h vor der Diagnostik nüchtern<br>(KEIN ZUCKER)                       |
| <b>INSCYD – der Test der Profis</b><br>Laktat + Spiro<br>Inkl. Caliper Körperfettmessung   | 250 €<br>*310 €<br>**350 € | 3h<br>Inkl. Auswertung           | 2h vor der Diagnostik nüchtern<br>(KEIN ZUCKER)                       |
| <b>INSCYD – PLUS</b><br>Laktat + Spiro<br>Inkl. Caliper Körperfettmessung<br>Sprintkrafttest   | 350 €<br>*410 €<br>**450 € | 5h<br>Inkl. Auswertung           | 2h vor der Diagnostik nüchtern<br>(KEIN ZUCKER)                       |
| <b>Feldtest</b>  | Diagnostik + Zeitaufwand   |                                  |   |
| <b>Optional Kardiologischer Check</b><br>A) Leistungsdiagnostik<br>+ Belastungs-EKG (nur Rad)<br>B) Leistungsdiagnostik<br>+ Belastungs-EKG (nur Rad)<br>+ Körperliche Untersuchung<br>+ Herzultraschall<br>(Echokardiographie)<br>+ Ärztlichen Befund | +59,66 €<br>**+101,54 €    | 1h                               | Beim Kardiologen  |
| <b>Triathlon Special</b><br>Anamnese Kardiologischer Check<br>Leistungsdiagnostik I Laufen<br>Leistungsdiagnostik II<br>inkl. Belastung EKG<br>Funktionelle Tests<br>Auswertegespräch  | 450€                       | 5h                               | Lauf und Radsachen<br>2h vor der Diagnostik nüchtern<br>(KEIN ZUCKER) |