

NEU bei uns!

Stoffwechselanalyse von UVida

Geben Sie Ihrem Körper eine Stimme und erreichen Sie das bestmögliche Trainings- und Ernährungsergebnis!

Was ist Uvida?

- Eine Atemgasanalyse (Spirometrie) ist ein effektives Tool, um die Stoffwechsel- und Leistungsfähigkeit des Körpers zu analysieren.

Folgende Vorteile bietet die Spirometrie für SIE:

- personalisierte Trainingsplanung
- verbesserte Leistung in Alltag und Training
- Überwachung des Gesundheitszustandes und der Rehabilitation
- Effektive Gewichtsreduktion durch individuell angepassten Trainings- und Ernährungsplan

Insgesamt bietet die Atemgasanalyse eine Fülle von Vorteilen für Sportler, Menschen, die an Gewichtsabnahme interessiert sind und Personen, die ihre Gesundheit und Vitalität verbessern möchten.

Die Analyse kann mit zwei Schwerpunkten eingesetzt werden:

- Ruheanalyse „Food“
Es werden ihre Atemgase in einem Ruhezustand über einen Zeitraum von 5 Minuten gemessen. Dadurch erhalten sie Informationen über: Grundumsatz, Leistungsumsatz, Fettstoffwechsel, uvm. Auch lassen sich Rückschlüsse über ihr körperliches Wohlbefinden ziehen, was uns eine optimale Therapigestaltung und effektiven Trainingsaufbau ermöglicht.
- Leistungsanalyse „Activity“
Dies ist eine Leistungsdiagnostik und wird während der Aktivität auf dem Laufband oder Ergometer durchgeführt. Hierbei werden u.a. ihre Pulsbereiche, Atemgasveränderungen, Sauerstoffaufnahme, optimaler Regenerationsbereich ermittelt. Somit können wir ihr Training optimal gestalten und sie erreichen die für sie bestmöglichen Resultate.

Ergänzend zu den Analysen, die sie wahlweise als PDF oder per APP erhalten, hat UVida ein Ernährungs- und Ausdauertrainingsprogramm entwickelt.

Aufgrund ihrer Ergebnisse der Analyse wird ein individuell zugeschnittener Ernährungs- und Trainingsplan erstellt und per APP über eine Dauer von 3 Monaten zur Verfügung gestellt.

In diesem Paket ist dann im Anschluß eine erneute Vergleichsmessung enthalten. Damit lassen sich die erzielten Verbesserungen und Ergebnisse bestmöglich vergleichen und anpassen.

Preise und Pakete:

- | | |
|---------------------------------|-------|
| - Ruhe- oder Leistungsanalyse: | 79 € |
| - Complete- Paket über 3 Monate | 209 € |

Termine erhalten Sie auf Anfrage.