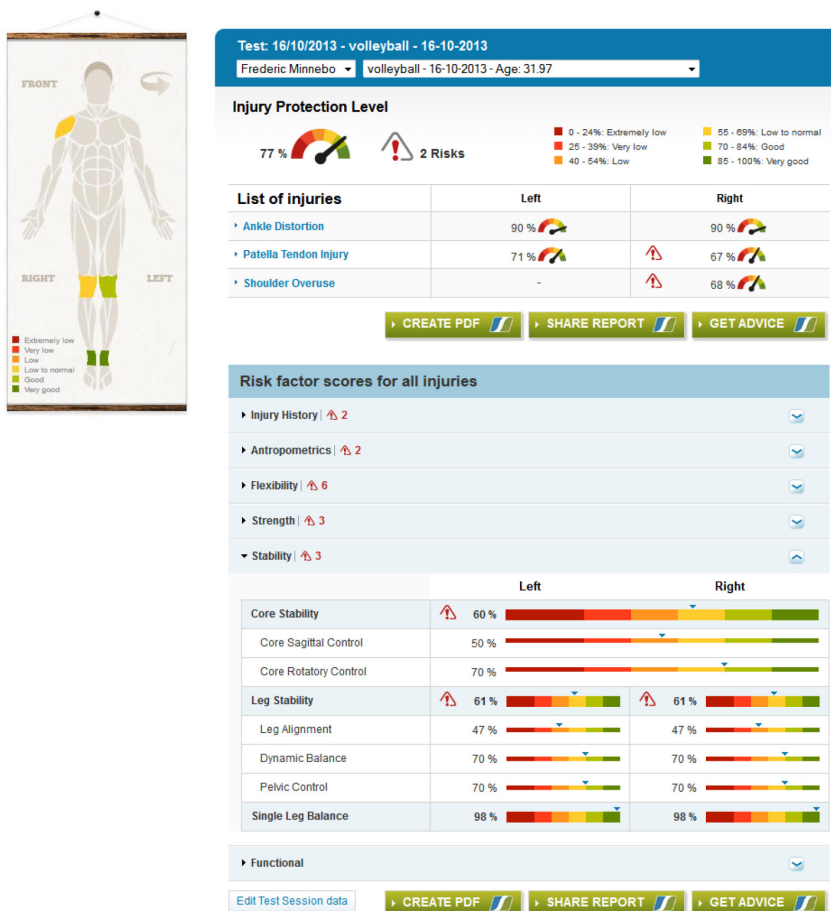


Spartanova- Testung

Sie möchten nach einer Verletzung Ihren Sport wieder ausüben? Sie träumen von einem (Halb)Marathon? Sie planen einen besonderen Aktivurlaub?
Doch sind Sie auch bereit dafür?
Diese Frage stellen sich nicht nur Leistungssportler sondern auch Freizeit- und Hobbysportler, spätestens vor dem nächsten Skiurlaub.

Im Rahmen der Spartanova-Testung wird eine sportartspezifische Bewegungsanalyse durchgeführt, welche Ihnen ihr individuelles Risikoprofil aufzeigt.
Durch die Analyse von Kraft, Beweglichkeit und Koordination werden versteckte Defizite verdeutlicht und auf der Grundlage neuester sportwissenschaftlichen Studien und Erkenntnisse ausgewertet.



Am Ende steht ein speziell auf Ihre individuellen Schwachstellen abgestimmtes Trainingsprogramm, auf welches Sie mit Hilfe eines Onlinetools in Form von Übungsbildern und -videos zugreifen können. So können Sie gezielt Verletzungen vorbeugen, Ihr sportliches Level heben oder nach einer Verletzung oder Operation wieder gestärkt zurückkommen.