



## SPORT IST GESUND!

Bluthochdruck, koronare Herzerkrankung und Herzschwäche ist in den Industrienationen die häufigste Todesursache. Ein Grund hierfür ist die Alterung der Gefäße. Dem entgegen wirkt regelmäßiges moderates Körpertraining. Es beeinflusst positiv den Blutdruck, den Zucker- und Fettstoffwechsel sowie den Bewegungsapparat.

## WAS IST EINE LEISTUNGSDIAGNOSTIK?

Unter Leistungsdiagnostik versteht man die Ermittlung der aktuellen körperlichen Leistungsfähigkeit. Dabei werden bestimmte Faktoren wie Herzfrequenz, Sauerstoffverwertung und Laktatkonzentration gemessen. Aus diesen Daten kann man berechnen, ob z.B. eine Überlastung vorliegt oder das Training optimiert werden sollte.

## WARUM SOLLTE ICH MICH UNTERSUCHEN LASSEN?

- weil ich mit Sport neu beginnen will
- weil ich als Hobby- oder Leistungssportler mein Training optimieren will
- weil ich meine Leistungsfähigkeit weiter steigern will
- weil ich mein Gewicht reduzieren will



INSTITUT FÜR  
KARDIOLOGISCHE FORTBILDUNG  
UND LEISTUNGSDIAGNOSTIK

## KONTAKT UND TERMINVEREINBARUNG

KFL Institut für kardiologische Fortbildung

und Leistungsdiagnostik

Dr. Röschl - Dr. Heck

im Ärztehaus Neumarkt

Regensburger Straße 109

92318 Neumarkt / Opf.

Telefon: 09181/509 022 00

Fax: 09181/509 022 50

info@kfl-neumarkt.de

www.kfl-neumarkt.de

## Wichtige Info:

Eine Abrechnung dieser IGeL-Leistungen (Individuelle Gesundheitsleistungen) "auf Chipkarte" erfüllt den Tatbestand des Betrugs und wird von Gerichten und Krankenkassen streng verfolgt und bestraft. Sollte sich bei der Durchführung von IGeL-Leistungen (z.B. Lungenfunktionsuntersuchung beim Sportler ohne Vorerkrankungen) ein auffälliger Befund ergeben, brauchen Sie keine Sorge vor weiteren Kosten zu haben. Die weitere Behandlung muss Ihre Krankenkasse übernehmen!



INSTITUT FÜR  
KARDIOLOGISCHE FORTBILDUNG  
UND LEISTUNGSDIAGNOSTIK



Sport ist gesund,  
wenn Sie Ihre Grenzen kennen!

INFORMATIONEN ZUR  
LEISTUNGSDIAGNOSTIK

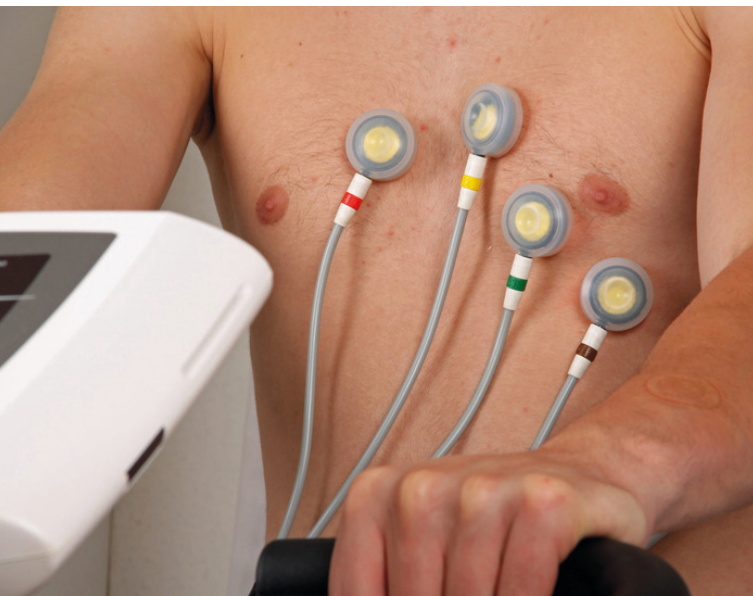
## EINE LEISTUNGSDIAGNOSTIK IST BESONDERS WICHTIG FÜR...

Personen vor Trainingsbeginn mit einem oder mehreren der folgenden Risikofaktoren:

- Alter über 35 Jahre
- längere Sportpause
- Erkrankungen wie: Fettstoffwechselstörungen, Diabetes, Bluthochdruck, Übergewicht, Herzerkrankungen
- Raucher

## WIE WIRD DIE LEISTUNG ERMITTELT?

Der Leistungstest findet auf dem Laufband oder Fahrradergometer statt. Am Ende jeder Belastungsstufe wird die Herzfrequenz abgelesen sowie ein Blutropfen entnommen, aus dem der Laktatwert bestimmt wird. Ferner kann die Atemluft bei Bedarf untersucht werden. Der Test wird bis zur "Erschöpfung" durchgeführt. Die ermittelten Daten werden verarbeitet und individuelle Grenzen für die Trainingsplanung erstellt (aerobe/anaerobe Schwelle).



## ABLAUF DER SPORTMEDIZINISCHEN UNTERSUCHUNG:

### Vor der Untersuchung:

Mindestens 2 Tage vorher kein größerer Wettkampf oder ausgedehntes Training

### Am Untersuchungstag:

Leichtes Essen am Morgen  
Mitzubringen: Unterlagen, Sportkleidung, Duschsachen, Handtuch, ggf. eigene Fahrradpedale; Pulsuhr

### In der Praxis:

Anamnese, körperliche Untersuchung; Echo, EKG, gebuchte Untersuchungen

### Im Anschluss:

Duschköglichkeit und Besprechung der Untersuchungsergebnisse; Daten werden auf CD mit ECHO, EKG hinterlegt und mitgegeben.

## SPORTUNTERSUCHUNGEN/PREISE:

Persönliches Vorgespräch, Unterlagen .....15 €  
(5 € werden bei Buchung eines Paketes verrechnet)

### Basis

Anamnese, Untersuchung, EKG, Echo, Ergo .....90 €

### Sport I

Anamnese, Untersuchung, EKG, Echo, Ergo,  
Laktatstufentest bei Ergometrie oder Laufband .....125 €

### Sport II

Anamnese, Untersuchung, EKG, Echo,  
Spiroergometrie mit Laktatstufentest .....165 €

### Sport III

Anamnese, Untersuchung, EKG, Echo,  
Spiroergometrie, Laktatstufentest, Laufbandtest.....210 €

**Trainingsplan** in Zusammenarbeit mit 3 Trainern

je nach Leistungsziel .....auf Anfrage

### Gefäßstatus Check up

Farbduplexuntersuchung der Halsschlagadern .....40 €

Farbduplexuntersuchung der Bauchschlagadern .....30 €

**Gefäß-Sportlabor** .....auf Anfrage

Jedes Paket kann natürlich auch individuell zusammengestellt werden!

Die Abrechnung erfolgt analog der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).