

Leistungsdiagnostik

SportCentrum Kamen·Kaiserau

SportSchule · SportHotel · SportCongressCenter

- **Sprintanalyse**

- Fest installierte Doppellichtschraken (50m mit je 5m Messabständen)
- Start über Fußtaster oder Startblock mit Reaktionszeitmessung
- optional mobile Lichtschraken

- **Sprungkraftanalyse**

- 15m OptoJump next
- Verschiedene Sprungkrafttests
- Parameter:
 - Sprunghöhen
 - Sprungweite
 - Kontaktzeiten
 - Schrittlänge



- **Kraftdiagnostik**

- Isometrische Kraftdiagnostik
- Dynamische Kraftdiagnostik



- **Ausdauerdiagnostik**

- medizinische Laufband +mobile Spiroergometrie (Cortex Meta-Max in Kooperation mit Miles Institut für Leistungsdiagnostik)
- Parameter:
 - Sauerstoffaufnahme (VO_2)
 - Kohlendioxidabgabe ($VC O_2$)
 - Atemfrequenz (AF)
 - Respiratorischer Quotient ($RQ = VC O_2 / VO_2$)

Individuelle leistungsdiagnostische Pakete und Preise auf Anfrage:

Sebastian Nowak: sebastian.nowak@flvw.de oder unter 02307- 371 575

