



# KÖRPERSTATUSANALYSE

Ein erhöhter Körperfettanteil (insbesondere im Bauchraum) stellt einen der größten gesundheitlichen Risikofaktoren (z.B. für Bluthochdruck, Arteriosklerose etc.) dar. Daher ist ein gut ausgewogenes Muskel-Fett-Verhältnis sehr wichtig.

Auch die Muskelquantität und -qualität hat eine große gesundheitliche Relevanz. Viele Probleme des Muskelskelettsystems können durch eine gut ausgebaute Muskulatur präventiv vermieden und sogar behoben werden.

Durch die Bioelektrische Impedanz-Analyse (BIA) wird der Wasserhaushalt und der Anteil von Muskulatur und Fett bestimmt und mit Ihren individuellen Referenzwerten verglichen. Im anschließenden Auswertungsgespräch erhalten Sie eine detaillierte Erläuterung der Messergebnisse, Tipps für Verbesserungsmöglichkeiten und es werden mögliche Risikofaktoren aufgezeigt.

Veränderungen z.B. durch Training oder eine Ernährungsumstellung können sehr gut in einer Folgemessung dargestellt und dokumentiert werden.

**Zielgruppe:** alle

(Erst- und Folgetermine)

**Teilnehmerzahl:** 1

**Dauer:** 30 Min.

**Gerät:** seca mBCA 552

**Hinweis:**

**Schwangere** und

Menschen mit

**Herzschrittmachern**

können leider **nicht** an der Messung **teilnehmen!**

**Sie können in Alltagskleidung teilnehmen.**