



KRAFTTESTUNG AUF KRAFTMESSPLATTEN

Die Kraftfähigkeit Ihres Körpers ist ein zentraler Bestandteil Ihrer körperlichen Gesundheit und spielt eine entscheidende Rolle bei der Vorbeugung und Behandlung von Beschwerden. Doch wissen Sie genau, wie stark Ihre Muskulatur ist und ob es eventuell muskuläre Dysbalancen gibt?

Mit unserem Krafttest auf den hochmodernen VALD-Kraftmessplatten erhalten Sie eine präzise, objektive Analyse Ihrer Muskelkraft. Die Messung ermöglicht es, Kraftwerte exakt zu erfassen und seitenvergleichend darzustellen. Diese individuellen Ergebnisse bieten eine solide Basis für eine gezielte Trainingsplanung.

Besonders wertvoll: Die Tests sind reproduzierbar und lassen sich in regelmäßigen Abständen durchführen, um Ihre Trainingserfolge messbar zu dokumentieren und Ihr Programm entsprechend anzupassen.

Im.puls team

Zielgruppe: alle

Teilnehmerzahl: 1

Dauer: 30 Min.

Mitzubringen: Bitte bringen Sie Sportkleidung und ein Handtuch mit.



Start now and show what you're made of!



STRENGTH TESTING ON FORCE PLATES

Your body's strength is a key component of your physical health and plays a crucial role in preventing and treating health issues. But do you know exactly how strong your muscles are and whether you might have any muscular imbalances?

Our strength test, conducted on the state-of-the-art VALD force plates, provides you with a precise, objective analysis of your muscle strength. The measurement allows for the accurate recording of strength values and a side-by-side comparison. These personalized results offer a solid foundation for targeted training planning.

A particularly valuable feature: The tests are reproducible and can be conducted at regular intervals to provide measurable documentation of your training progress and to adjust your program accordingly.



Target group: all

Number of participants: 1

Duration: 30 min.

What to bring: Please bring sport clothes and a towel.



Starten Sie jetzt und machen Sie Ihre Kraft sichtbar!