

# *Machen Sie einen Fitness- und Ausdauertest nach höchstem sportmedizinischen Standard mit der Atemgasanalyse aeroscan®.*

- Gesundheit und Wohlbefinden fördern
- Gesund und effizient Gewicht reduzieren
- Optimal und effizient die Ausdauer trainieren

## *Ihre Vorteile:*

- Schnelle und komfortable Messung
- Stoffwechsel analysieren
- Jede Trainingsminute optimal nutzen

*Nach einem Fitness-Test mit aeroscan® trainieren Sie richtig.*

*Von der ersten Minute an!*

Auch eine Laktatdiagnostik zur Bestimmung der Ausdauerfähigkeit können Sie bei uns machen lassen.



[www.msld.de](http://www.msld.de)

## Warum ein Fitness-Test?

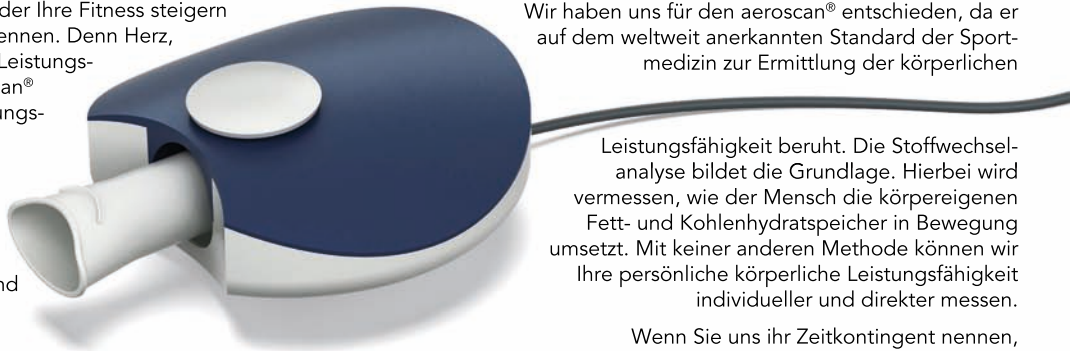
Egal ob Sie gesund abnehmen, effizient trainieren oder Ihre Fitness steigern wollen, müssen Sie Ihren aktuellen Leistungsstand kennen. Denn Herz, Kreislauf, Atmung und Stoffwechsel bestimmen die Leistungsfähigkeit Ihres Körpers. Der Ausdauer-Test mit aerocan<sup>®</sup> bestimmt den IST-Zustand Ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit individuell und präzise.

## Wie funktioniert der aerocan<sup>®</sup>?

Der Ausdauer-Test dauert nur 10-20 Minuten. Sie trainieren auf einem Cardio-Trainer Ihrer Wahl bei unterschiedlichen körperlichen Belastungen. Während des Tests atmen Sie einige Male durch ein kleines Mundstück. Die analysierten Atemgase machen uns sichtbar, wie ihr Stoffwechsel auf verschiedene Trainingsintensitäten reagiert.

## Warum ist der aerocan<sup>®</sup> einer der besten Ausdauer-Tests?

Wir haben uns für den aerocan<sup>®</sup> entschieden, da er auf dem weltweit anerkannten Standard der Sportmedizin zur Ermittlung der körperlichen



Leistungsfähigkeit beruht. Die Stoffwechselanalyse bildet die Grundlage. Hierbei wird vermessen, wie der Mensch die körpereigenen Fett- und Kohlenhydratspeicher in Bewegung umsetzt. Mit keiner anderen Methode können wir Ihre persönliche körperliche Leistungsfähigkeit individueller und direkter messen.

Wenn Sie uns ihr Zeitkontingent nennen, erstellen wir Ihnen einen optimalen Trainingsplan.

### mobile sportliche Leistungsdiagnostik

Roman Boxberger

tel: 03302/ 60 74 39

mobil: 0176/ 22 73 38 09

mail: r.boxberger@msld.de

Wir bieten noch viele  
weitere Testverfahren der  
Leistungsdiagnostik an.  
Schauen Sie doch bei uns  
im Internet vorbei:

[www.msld.de](http://www.msld.de)



[www.msld.de](http://www.msld.de)

Wir arbeiten eng mit dem  
Sportarzt Dirk Ewald  
von der Gemeinschaftspraxis  
Calmez & Ewald  
zusammen.

[www.praxis-calmez-ewald.de](http://www.praxis-calmez-ewald.de)