



**spartamedic**

**PAKETLISTE 2022**

**SPARTAMEDIC** GmbH | Brauquartier 11 in 8055 Graz Austria

[www.sparta-medical.com](http://www.sparta-medical.com)

## VORSORGE PAKET

320 €

Anamnese, Laboruntersuchung, körperliche Untersuchung, EKG Ruhe, Ultraschalluntersuchung (Herz und Gefäße), MFT, EKG Belastung mit Ergometer oder Laufband, Laktatmessung, Glukosemessung und Auswertung der Daten

## JUGEND PAKET

179 €

Anamnese, Laboruntersuchung, körperliche Untersuchung, EKG Ruhe, MFT, Lungenfunktionstest, EKG Belastung mit Ergometer oder Laufband, Laktatmessung, Glukosemessung, Auswertung der Daten und Trainingsprogramm (2 Wochen)

## BASIS PAKET

360 €

Anamnese, Laboruntersuchung, körperliche Untersuchung, EKG Ruhe, Ultraschalluntersuchung (Herz und Gefäße), MFT, Lungenfunktionstest, Fettstoffwechseluntersuchung, EKG Belastung mit Ergometer oder Laufband, Laktatmessung, Glukosemessung, Auswertung der Daten und Trainingsprogramm (4 Wochen)

## FITMACHER PAKET

420 €

Anamnese, Laboruntersuchung, Hormonstatus, körperliche Untersuchung, EKG Ruhe, Ultraschalluntersuchung (Herz und Gefäße), MFT, Lungenfunktionstest, Fettstoffwechseluntersuchung, EKG Belastung mit Ergometer oder Laufband, Laktatmessung, Glukosemessung, Auswertung der Daten und Trainingsprogramm (6 Wochen)

## PREMIUM PAKET

480 €

Anamnese, Laboruntersuchung, Hormonstatus, Immunstatus, körperliche Untersuchung, EKG Ruhe, Ultraschalluntersuchung (Herz und Gefäße), MFT, Lungenfunktionstest, Fettstoffwechseluntersuchung, EKG Belastung mit Ergometer oder Laufband, Laktatmessung, Glukosemessung, Auswertung der Daten und Trainingsprogramm (8 Wochen)

**SPARTAMEDIC GmbH | Brauquartier 11 in 8055 Graz Austria**

**[www.sparta-medic.com](http://www.sparta-medic.com)**

## **HYPOXIE PRÄVENTION**

**120 €**

Höhenmedizinischer Eingangstest, Trainingssteuerung über Laktatmessung und Glukosemessung, Herzvariabilität, Auswertung von Daten, Beratung

## **HYPOXIE ABNEHM PAKET**

**180 €**

Höhenmedizinischer Eingangstest, Laboruntersuchung (vor und nach dem Eingangstest), Trainingssteuerung über Laktatmessung und Glukosemessung, Herzvariabilität, Auswertung von Daten, Beratung und Trainingsprogramm (4 Wochen)

## **HYPOXIE LEISTUNGSPAKET**

**260 €**

Höhenmedizinischer Eingangstest, Laboruntersuchung (vor und nach dem Eingangstest), Hormonstatus, Belastung EKG, Trainingssteuerung über Laktatmessung und Glukosemessung, Herzvariabilität, Auswertung von Daten, Beratung und Trainingsprogramm (6 Wochen)

## **SPARTAMEDIC PAKET**

**auf Anfrage**

3x Premium Paket, 3x Trainingslager (4 Tage), 2x mobile sportdiagnostische Begleitung

## **VIP PAKET**

**auf Anfrage**

4x Leistungsdiagnostik, 3x Trainingslager (4 Tage), individuelle Beratung (Spartamedic Team), physiotherapeutische Beratung, Ernährungsberatung, personalisierte Trainingssteuerung mit Hormon und Immunstatus, Krafteinstellung über Laktat und Glukose, Trainingsprogramm (365 Tage)

## **BERGTAUGLICHKEIT (A)**

**auf Anfrage**

1. Vorsorge Paket
2. Hypoxie Prävention
3. Hypoxie Leistungspaket (8 Wochen)

## **BERGTAUGLICHKEIT (B)**

**auf Anfrage**

1. Vorsorge Paket
2. Hypoxie Prävention
3. 3. Hypoxie Leistungspaket (8 Wochen) - auf dem Berg!

## **HOBBY WETTBEWERBS**

### **HÖHENVORBEREITUNG**

**auf Anfrage**

1. Vorsorge Paket
2. Höhenttraining mit Betreuung
3. Kraftausdauertraining /Rumpf etc. (7-10 Tage vor seinem Bewerb!)
4. Supplementation (12% Steigerung)

ohne Supplementation 5% Steigerung - (1h für 4 Tage + 1 1/2 h mal Rumpf und Kraftausdauertraining - max. 2 Personen)

## **MUSKELAUFBAU 4KG (8 WOCHEN)**

**auf Anfrage**

1. Vorsorge Paket
2. Gym 1 1/2h Krafttraining (8 Übungen) - KRAFTEINSTELLUNG (Muskelmassebestimmung über Fettanalyse)
3. 3x pro Woche Gym oder zu Hause (120,- Monat im Gym) und 1x pro Woche Kontrolle! (Personal Trainer)
4. Supplementation
5. Krafteinstellung und Fettanalyse