

## Leistungsaufstellung - persönliche Eingangsbeurteilung

### wir führen ein gemeinsames

- ✓ **Eingangsgespräch:**  
Vorerkrankungen, Medikamente, Leistungsstagnation...., persönliche Zielsetzungen wie z.B. Leistungsverbesserung, Fettreduktion.....

### wir erstellen einen

- ✓ **Eingangsbefund:**  
**biometrische Daten:** je nach Zielsetzung benötigen wir Befunde Ihres Hausarztes),  
**motorische Tests:** Laufanalyse, Rumpfstabilisation, Propriozeption, Beweglichkeit, Koordination.....

### wir gleichen

- ✓ ihre persönliche Zielsetzung mit den ermittelten Daten ab

### wir legen die

- ✓ **Hierarchie des weiteren Vorgehens** fest  
In welcher Reihenfolge müssen die Ziele umgesetzt werden?  
Wie viel Zeit nimmt das jeweils in Anspruch?.....

### wir beraten u. vermitteln

- ✓ kompetente Ansprechpartner in benötigten anderen Fachbereichen. ( z.B. Ernährung ...)

Dieses **Eingangsgespräch** und entsprechende **Testungen** sind mit einem zeitlichen Aufwand von ca. 1 ½ bis 2 h verbunden. Die **Kosten** hierfür betragen **150 €**.

*Ist eine differenzierte Trainingsplanung erwünscht, die gemeinsame Durchführung von Trainingsmaßnahmen, erfolgt die Preisgestaltung nach Absprache.*