

## **Leistungssportler im Ausdauerbereich, insbesondere Triathlon\***

Sie sind Leistungssportler im Ausdauersport, oder Du möchtest einer werden\*

Sie haben schon vieles ausgereizt und entwickeln sich nicht weiter\*

Du möchtest Höchstleistungen erreichen...und Deine Gesundheit erhalten\*

Wir führen eine Diagnostik in den Bereichen\*

- Anamnese
- Biometrische Daten
- Motorische Tests ( Ausdauer, Kraft, Stabilisationsfähigkeit, Beweglichkeit)
- Statik und funktionelle Anatomie

durch

wir richten unser Augenmerk zusätzlich auf den Bereich Ernährung (Langstrecke)

Gemeinsam legen wir eine Zielsetzung fest\*

Wir zeigen Ihnen die wesentlichen Schritte zum Ziel auf\*

Wir vermitteln Ihnen, bei Bedarf, kompetente Ansprechpartner\*

**Dafür entrichten Sie 200€**

Gerne führen wir mit Ihnen eine Trainingsplanung und ein gemeinsames Training durch. Die Kosten hierfür, werden gesondert und in Absprache, berechnet.