GESUNDHEITSSPORT · FREIZEITSPORT · LEISTUNGSSPORT
T +43 (0) 2742 348430 · F +43 (0) 2742 348430-24 · E sport@internisten.at
Dr. Adolf Schärf-Straße 9, 3107 St. Pölten · **INTERNISTEN.AT**

Sportmedizin im Traisenpark

Infoblatt Leistungsdiagnostik

Was erwartet mich von der heutigen Untersuchung?

Du wirst heute maximal ausbelastet- entweder auf dem Fahrradergometer oder dem Laufband. Der Belastungstest selbst dauert rund 15 Minuten. Um eine bestmögliche Qualität der Untersuchung und nachfolgenden Beratung und Betreuung bieten zu können, ersuchen wir dich, die folgenden Punkte zu beachten:

- Mitnahme des ausgefüllten **Anamnesebogens** (entweder direkt am PC ausfüllen oder sonst händisch ausfüllen): eine Übermittlung vorab via E-Mail ist nicht notwendig.
- so vorhanden: Mitnahme etwaiger Vorbefunde (Medizinisch- und auch Leistungsdiagnostisch)
- **Trainingsintensität vor dem Test:**
    - letzte intensive Trainingseinheit maximal 2 Tage vor geplanter Diagnostik
    - in diesen 2 Tagen: lockeres, regeneratives Ausdauertraining
    - am Tag vor der Untersuchung: ausreichend Schlaf, normal Essen, ausreichend Trinken
    - bei akuter Erkrankung: Test bitte absagen (via Telefon oder E-Mail)
- **zur Untersuchung selbst:**
    - Sportbekleidung, Duschsachen
    - als Radsportler: eventuell Mitnahme des eigenen Rennrads
        - Achtung: nur Schnellspanner möglich, keine Steckachse!
        - unbedingt vorher Ankündigung via E-Mail / Telefon im Rahmen der Terminvereinbarung

Bitte nimm zur Kenntnis, dass wir bei unentschuldigtem Nicht-Erscheinen 120 Euro verrechnen.

Mit freundlichen Grüßen,
dein Sportmedizin im Traisenpark Team