Ihr Weg zum Check-up:

Sportzentrum MellAktiv

am Carl-Starcke-Platz

Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 7a
49324 Melle · Tel. 0 54 22 / 95 80 33
mellaktiv@scmelle.de – www.mellaktiv.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag
7:30 Uhr durchgehend bis 22:00 Uhr

Samstag und Sonntag
9:30 Uhr durchgehend bis 18:00 Uhr

Informationen zu den Check-ups erhalten Sie persönlich am Empfang des MellAktivs oder telefonisch unter Telefon 0 54 22 / 95 80 33.

Ansprechpartner: Andrea Bänsch

Geschäftsstelle

Kohlbrink 14 · 49324 Melle
Telefon 0 54 22 / 92 98 92
E-Mail info@scmelle.de
Internet www.scmelle.de

Öffnungszeiten
Mo., Di., Mi., Fr. 9 – 12 Uhr
Di. 15 – 18 Uhr
Do. durchg. 8 – 19 Uhr

Präventiv-medizinische Check-Ups

Die beste Grundlage für ein sicheres und optimales Training

Zertifiziert als Medizinprodukt nach DIN EN ISO 13485 (CE 0535)

SC MELLE 03

Viel Sport – ein Verein

Präventivmedizinische Check-ups – ein Schlüssel zum Erfolg –

Mit dem ganzheitlichen Konzept des cardioscan Checkpoints wollen wir Sie in unserem Sportverein professionell dabei unterstützen, gesund zu leben und optimal Sport zu treiben.

Optimale Trainingskontrolle ist entscheidend, wenn Fitnesstraining wirklich effektiv sein soll. Deshalb bieten wir Ihnen ab sofort den cardioscan Checkpoint an, der in nur wenigen Minuten alle relevanten Gesundheitsdaten misst, auswertet und die Erstellung eines speziell auf die Konstitution des Sportlers ausgerichtetes Fitness- und Bewegungsprogramm ermöglicht.

Die aussagekräftigen Messergebnisse dienen als Grundlage zur Analyse und Beurteilung von Risikofaktoren. Ihren persönlichen Trainingsfortschritt dokumentieren wir durch einen Retest.

Die präventivmedizinischen Check-ups stehen nicht nur den Mitgliedern des SC Melle 03 offen, sondern allen Interessierten und Sportbegeisterten.

Die Module des cardioscan Checkpoints im Überblick:

Basispaket

Herz + Stressmessung

Zeigt ein dreidimensionales Herzportrait und bestimmt einen Stress-Index – die beste Grundlage für optimales Training.

Blutdruck + Lebensstil

Misst den Blutdruck, bestimmt relevante Risikoparameter und errechnet ein Vitalitätsprofil.

Analyse der Körperzusammensetzung

Zeigt die Verteilung von Körperfett, fettfreier Masse, Körperwasser, Muskeln und Knochen und bildet somit eine wichtige Grundlage für die Trainingsplanerstellung .

Optional

Wirbelsäulenanalyse

Erfasst Haltung, Beweglichkeit sowie die Haltekraft der rückenstabilisierenden Muskulatur.

Premium

Das Premium Paket enthält alle Module aus dem Basispaket. Darüberhinaus werden folgende Testungen durchgeführt:

Stoffwechselanalyse

Die Stoffwechselmessung basiert auf der Ruhespirometrie, wodurch der aktuelle Stoffwechselzustand sowie der energetische Ruheumsatz bestimmt werden. Die Basis für ein hoch-effizientes Trainings- und Ernährungsprogramm.

Leistungsdiagnostik (nach Absprache)

Ein Ausbelastungstest zur Ermittlung der maximalen Herzfrequenz auf dem Ergometer oder Laufband.
Die Diagnostik dient der Messung der derzeitgen Leistungsfähigkeit und der Erstellung eines individuellen und erfolgreichen Herz-Kreislauftrainings.

Girostar Kunden erhalten bei Vorlage des Giro-Star Ausweises 10 % auf das Basispaket.