

MOTUM

HUMAN · PERFORMANCE · INSTITUTE

BACK IN ACTION LIGHT

Die kleine
Testbatterie für
Verletzungen der
unteren
Extremitäten

www.motum.at



Ideal für Hobbysportler: Mit dieser Testbatterie lässt sich der Status des Rehabilitations-Verlaufs nach einer Verletzung von Knie, Hüfte oder Sprunggelenk objektiv beurteilen. Ebenso lassen sich lassen sich Verbesserungspotenziale erkennen. Getestet werden Stabilität, Sprungperformance und Koordination.

BIA KNIE & GELENKE ZUR

- Begleitung vom Reha-Prozess
- Reduzierung des Wieder-Verletzungsrisikos
- Sicherstellung des richtigen Zeitpunktes für den Wiedereinstieg in Alltag und Sport

nur

€ 199,-

Bitte Trainingsbekleidung mitnehmen. Intensive Trainingseinheiten vor der Testung bitte vermeiden.



- Stabilisationstest einbeinig
- Dynamischer Stabilisationstest
- Sprung ein- und beidbeinig
- Plyometrische Sprünge ein- und beidbeinig
- Plyometrische Sprungparcours einbeinig
- Sportwissenschaftliches Expertenfeedback

ZIELGRUPPE

- Aktive Menschen
- Hobbysportler
- Amateursportler