

3 Tage

Fresenius-Healthcare- Programm PLUS

Cardio & Sport

Anreisetag			
	Check In		
	Begrüßung und Rundgang	Coach	Foyer Hotel
	biom.Daten & EKG	MA	VPC Praxis
	ärztl. Aufnahme	Dr.	VPC Praxis
	Abendessen		
	Sauna/ Schwimmbad		
1. Tag			
	Blutentnahme	Dr.	VPC Praxis
	Frühstück		
	Laktatstufentest mit Belastungs-EKG 6 Ermittlung relevanter Trainingszonen	Dr.+ MA VPC	VPC Praxis
	Echokardiographie	Kardiologie	RDA
	Mittagessen		
	Cardio Training	Coach	Sportbereich
	Brandungstherapie (Damp-Spezial)	Coach	Strand
	Abendessen		
	Sauna/ Schwimmbad		
2. Tag			
	Frühstück		
	Lungenfunktionsprüfung	MA VPC	VPC Praxis
	Cardio&Core Training	Coach	Sportbereich
	indiv. Ernährungsberatung	Ern.-Therap.	VPC Praxis
	Mittagessen		
	Aqua-Fitness	Coach	Raum der Mitte
	Abendessen		
	Sauna/ Schwimmbad		
3.Tag			
	Frühstück		
	Nordic Walking	Coach	Outdoor
	ärztl. Abschlussgespräch inkl. Arztbrief	Dr.	VPC Praxis
	Abreise		

Leistungsaufstellung

Inhalt	Cardio & Sport	LE	Dauer
Diagnostik & Coaching	Aufnahmeuntersuchung inkl. biom Daten	Dr.	15
	kleines Labor intern	Dr.	5
	Echokardiographie	Kardiologe	45
	Laktatstufentest mit Belastungs-EKG & Ermittlung relevanter Trainingszonen	Dr.+ MA VPC	45
	ärztl. Abschlussgespräch inkl. Arztbrief	Dr.	45
	EKG	MA	5
	Lungenfunktionsprüfung	MA	10
	Begrüßung & Rundgang	Coach	30
	Cardiotraining	Coach	60
	Nordic Walking	Coach	60
	Aquafitness	Coach	30
	Cardio&Core Stability Circle	Coach	60
	Indiv. Ernährungsberatung	Ern.-Therap.	45
	Brandungstherapie (Damp-Spezial)	Coach	30
Übernachtung & Vollpension			
			3 Nächte
Labor:	kl.BB, Krea, HS, Glucose, Chol, Trig, HDL, LDL, yGT, GPT, GOT, Kalium, Natrium		

Änderungen vorbehalten

13.01.2025

