



POWER PLACE



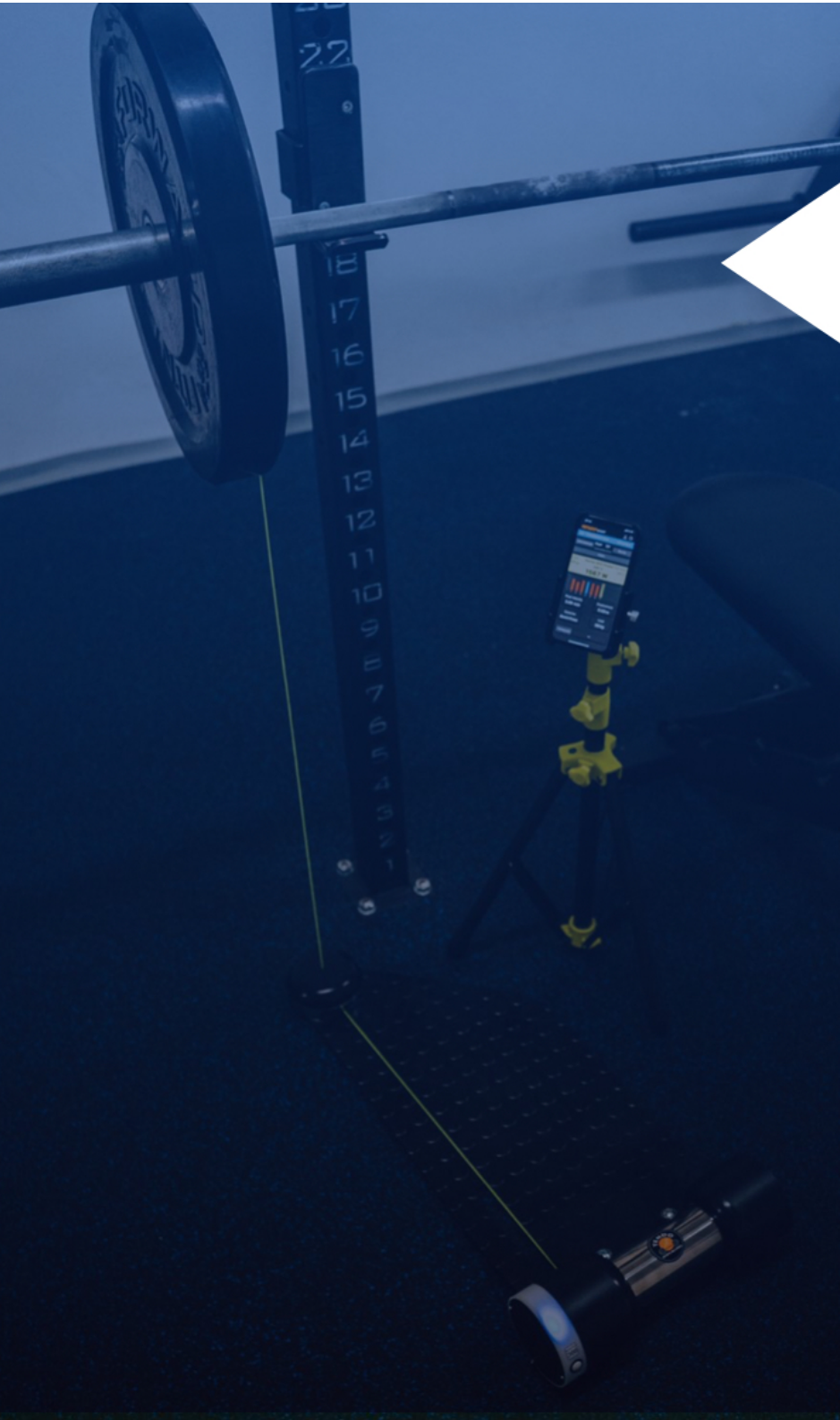
DIAGNOSTIC & TRAINING CENTER





DIAGNOSTIKA





Komplexná diagnostika je neoddeliteľnou zložkou prípravy každého športovca a je priam nevyhnutné poznať detailné informácie o svojom zdravotnom stave a úrovni trénovanosti. Na základe tejto diagnostiky je možné následne nastaviť tréningový proces športovca s cieľom čo najefektívnejšie maximalizovať jeho výkon a rovnako tak aj minimalizovať riziko zranení. V rámci našich služieb využívame a kombinujeme viacero diagnostických metód a zariadení s cieľom poskytnúť čo najširšie spektrum informácií o zdravotnom stave a kondičných parametroch športovca.





FMS

Functional movement screen

Hlavnou úlohou je komplexne hodnotiť základné pohybové stereotypy športovca tvoriace prirodzený pohyb.

FMS diagnostika je štandardizovaná, pomerne jednoduchá na vykonanie a veľmi dobre odhaľuje potenciálne riziko zranenia a svalové disbalancie, ktoré môžu ovplyvniť výkon športovca.

Na základe hodnotenia pomocou určitých kritérií FMS systému je možné nastaviť obsah a konkrétne cvičenia v tréningu tak, aby sa spätne vybudoval správny pohyb a potrebnú mobilitu, stabilitu a silu.

Diagnostika je vhodná pre vrcholových športovcov ale aj pre bežnú populáciu.



FITRO DYNE



FITRODYNE

Maximálny silový výkon (P_{max}) dolných končatín (W)

Maximálny silový výkon (P_{max}) horných končatín (W)

Zariadenie Fitrodyne sa používa na diagnostiku maximálnej sily, výbušnej sily a silovej vytrvalosti. Zariadenie vyhodnocuje viacero parametrov silových schopností.





JUST JUMP

Just Jump

Explozivná (odrazová) sila dolných končatín (vertikálny výskok).

Zariadenie slúži na meranie výbušnej sily dolných končatín pri rôznych typoch skokov. Posudzujeme ním typológiu športovca z hľadiska predpokladov na výbušnú či reakčnú činnosť.

Z odrazovej platne vieme vyhodnotiť:

- výšku výskoku
- čas letovej fázy
- dĺžku / čas dotyku chodidiel s platňou pri viacnásobných odrazoch
- reakčný čas odrazu



A photograph of a TENDO Sprint System device mounted on a black pole. The device is a small, rectangular, black box with a white antenna on top. The label on the device reads "TENDO SPORTS MACHINES TENDO SPRINT SYSTEM TSS - 217". The background is a blurred indoor sports facility with blue and white lights. A white square box with the text "TSS" is overlaid on the lower part of the pole.

TSS

TENDO Sprint System

Zariadenie je využívané na testovanie rýchlostných schopností, reakčných schopností a agility s možnosťou rôzneho usporiadania fotobuniek.

- Run – rýchlosť na 5 m, 10 m, 50m
- Shuttle Run - Rýchlosť so zmenami smeru (AGILITY 5 -10 - 5 a.i.)
- Lap Run



InBody

Základná analýza zloženia tela na prístroji InBody.

- Hmotnosť
- % tuku v tele a váha tuku
- Vnútorň (viscerálny) tuk
- Telesná voda
- Bielkoviny
- Minerály v tele
- Hmotnosť kostrových svalov
- Analýza svaloviny a tuku podľa segmentov (ruky, nohy, trup)
- Bazálny metabolizmus

a.i.



KONTAKT



info@powerplace.sk



+421 908 802 681



[powerplace_](#)



[powerplace.sk](#)

POWERPLACE



