

# SIE MÖCHTEN

Genauerer über Ihren Gesundheits- und Fitnesszustand erfahren?

Wieder mit Sport beginnen oder neu einsteigen?

Gezielt und effektiv trainieren?

Ihre Leistungsfähigkeit verbessern?

Sich auf einen sportlichen Wettkampf vorbereiten?

Ihre Wettkampfergebnisse verbessern?

Oder einfach nur lebenslang gesund und fit bleiben?

Anhand einer umfangreichen sportmedizinischen Untersuchung wird sowohl Ihr Gesundheitszustand, als auch Ihre Leistungsfähigkeit detailliert überprüft.

**KINEMA**  
DIAGNOSTIK

**Lassen Sie Profis  
für sich arbeiten!**  
Tel.: 0 99 47 / 90 28 14

KINEMA Sportschule  
Sepp Maurer jun.  
WaldschlöBlstraße 12a  
93453 Neukirchen beim Heiligen Blut  
Tel.: 0 99 47 / 90 28 14  
[www.sportschule-kinema.de](http://www.sportschule-kinema.de)

**KINEMA**  
DIAGNOSTIK

PREISLISTE 2025

# #WEBUILDTHEBEST

POWERED BY KINEMA

## Sepp Maurer Personaltraining #EinZielohnePlanistnureinWunsch

Wir werden gemeinsam trainieren, um Ihre persönlichen Ziele festzulegen und diese gemeinsam zu erreichen. Jede Ihrer Stärken und Schwächen wird analysiert und individuell trainiert. Egal ob Gewichtsabnahme, Muskelaufbau, Körperhaltung oder Schmerzreduktion – mit mir erreichen Sie maximalen Erfolg!

1 Training à 2 Stunden

200,- €

6 Trainingseinheiten à 2 Stunden

1000,- €

## Trainingsbereichsanalyse am Wattbike

Wir ermitteln Ihren individuellen Trainingsbereich zum optimalen Fettstoffwechseltraining und zur Anamnese.

- Stufentest mit max. Ausbelastung
- Herzfrequenzmessung
- Blutdruckkontrolle (am Fahrradergometer)
- Laktatanalyse (inkl. graphischer Auswertung)
- Ermittlung der aerob-anaeroben Schwelle
- Ermittlung der individuellen Trainingsbereiche (GA1, GA2, IB)

89,- €

## Zebris EMG Analyse - World of Biomechanic

Mit diesem Analysesystem sind wir auf dem derzeit neuesten sportwissenschaftlichen Stand der Biomechanik. Ermittelt werden Aktionspotentiale mittels Hautoberflächen-Elektroden. Wir analysieren Ihre Dysbalancen, sowie evtl. Muskelfunktionsstörungen und erstellen dann einen individuellen Trainingsplan für Sie. Die Messergebnisse bei der Ganganalyse, der Analyse der Bewegung des Hand- und Arm-Systems oder der Wirbelsäule werden in Echtzeit am PC dargestellt und können später analysiert werden.

- Dauer: ca. 45 Min. (inkl. graphischer Auswertung)
- Jede weitere Muskelgruppe

85,- €

55,- €

## Sepp Maurer Muskelfunktionstestung

Ich teste Ihre Skelettmuskulatur und ermittle muskuläre Dysbalancen. So können wir gemeinsam Ihr Training perfektionieren und einen individuellen Trainingsplan erstellen.

Anamnese / Muskelfunktionstestung / Bewegungsbereichsinspektion

- Preis ohne Trainingsplan
- Preis mit Trainingsplan

150,- €

200,- €

## Somatometestung

Testverfahren nach den neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen zur Ermittlung von Flexibilität und Kraft.

- Anamnese / Somatomtest mit graphischer Auswertung

39,- €

## Isometrisch / Statische Maximalkraftmessung - Back Check

Computerunterstützte Maximalkraftmessung namens Back Check, nach Dr. Wolf, zur Ermittlung muskulärer Dysbalancen. Mit dem Back Check 608 steht uns ein multifunktionales Messsystem zur wissenschaftlichen Analyse der Kräftfähigkeit unterschiedlicher Muskelgruppen zur Verfügung, inkl. graphischer Auswertung und Trainingsplanerstellung.

45,- €

## KINEMA Eingangstestpaket

- Anamnese
- Muskelfunktionstest
- Computerunterstützte Isometrie
- Statische Maximalkraftmessung
- Graphische Auswertung und Trainingsplanerstellung

169,- €

## Zyklische Krafttrainingspläne

50,- €

## KINEMA komplett

- Anamnese
- Muskelfunktionstest
- EMG – Elektromyogramm
- Computerunterstützte Isometrie – Statische Maximalkraftmessung
- Messung von Puls und Blutdruck
- Körperfettmessung
- Urinanalyse
- Kapillarblutanalyse
- Graphische Auswertung
- Individuelle Trainingsplanerstellung (inkl. Textinstruktionen (Zyklusdauer bis 22 Wochen), inkl. Feinplanung, EMG Analyse)
- TBA – Trainingsbereichsanalyse
- EKG

450,- €

## Ernährungsberatung

45,- €

## Kapillarblutanalyse

Mineralstoffe, Spurenelemente, Blutfettwerte, Creatinine und Enzyme

49,- €

## Grundumsatzmessung

Bestimmung des gesamten Stoffwechselprozesses mit spezieller Analyse des Fettstoffwechsels zur optimalen Gewichtsreduktion.

59,- €

## Urinanalyse

Durch die Urinuntersuchung kann die Menge, Geruch, Farbe, spezifisches Gewicht, Zusammensetzung und Beschaffenheit des Urins geprüft werden.

49,- €

## Belastungs EKG

- Beurteilung der Leistungsfähigkeit
- Ermittlung des optimalen Trainingsbereichs
- Funktionsprüfung von Herz und Kreislauf
- Vermeidung einer Über-/Fehlbelastung

55,- €

## Knochendichtemessung und Viszeral Analyse

Zur Kontrolle und Analyse bei Osteoporose

49,- €

## Körperfettmessung

Ermittlung der Hautfaldendicke mit der Caliper Zange  
Berechnung der Körperdichte und des Körperfettanteils mit graphischer Auswertung

35,- €

## Spiroergometrie/Laktat-Leistungsdiagnostik

Stufenweise ansteigender Belastungstest am Laufband oder auf dem Fahrradergometer. Neben den Parametern Herzfrequenz und Laktat werden über eine Maske vor Nase und Mund die Atemgase analysiert. Die Atemgasanalyse liefert zusätzlich Informationen über Atem- und Herz-Kreislauf-Funktionen und v. a. wichtige Details über den Energiestoffwechsel. Je nach Wunsch kann die Untersuchung auf unserem HP Cosmos Laufband oder einem Fahrradergometer durchgeführt werden. Radsportler können die Untersuchung auf ihrem eigenen Fahrrad durchführen und so Ihre ganz individuelle Sitzposition gewährleisten. Anhand dieser Daten und Ihrer Ziele werden individuelle und effektive Bewegungs- und Trainingsprogramme erarbeitet. Die maximale Sauerstoffaufnahme (VO2 max) gilt in der Trainingswissenschaft als DAS Kriterium der Ausdauerleistungsfähigkeit.

Spiro & Laktat (Stufentest)

190,- €

Spiro (Rampentest)

105,- €

Laktat (Stufentest)

89,- €

## Höhentraining in unserer Höhenkammer (700 m – 6500 m)

Vorbereitung für Bergtouren, Leistungssteigerung im Ausdauersport  
Fettstoffwechseltraining

10er-Abo Höhenttraining

50,- € /Std.

250,- €

99,- €

Höhengenerator und Höhenzelt für Zuhause

## Rennsimulatortraining im absoluten High-End-Fahrsimulator

(Rennstrecken frei wählbar)

20,- € /30 Min.

30,- € /Std.