

Az egészséges és eredményes sportolásért - reális célkitűzéssel

A sportantropometria módszerével már 7 éves kortól megállapítjuk, hogy mekkora lesz a gyermek **testmagassága**, milyen fizikai adottságokkal fog rendelkezni felnőttként. Ez alapján adunk tanácsot sportoláshoz.

Csapatsportágon belül a legideálisabb poszt megválasztásában, ezen kívül pedig az edzés mód, és edzés intenzitás egyéni meghatározásához.

Az edzők munkáját segítjük méréseinkkel annak érdekében, hogy hatékonyabban tudják felkészíteni a sportolóikat. További előny a sportoló testi adottságainak optimálisabb kihasználása, az erősségek, gyengeségek, fejlődési lehetőségek feltárása.

A sikerélményt, az eredményességet, és a reális célok kitűzését segítjük az sportantropometriai vizsgálattal. A fejlődés mérhetővé és kimutathatóvá válik. A bizonyított fejlődés pedig további ösztönzést nyújt mind a sportolónak, mind az edzőnek.

Tehát versenyelőnyre tesznek szert, akik már a kiválasztásnál is, majd a későbbiekben is a sportantropometriára támaszkodva határozzák meg az edzési-, a fejlesztési-, a versenyeztetési tervet.

Olyan genetikailag meghatározott adatokat adunk meg, melyek semmilyen edzéssel nem változtathatók meg:

- csontozat,
- testmagasság,
- testalkat (nyúlánk, atléta, piknikus)

Amennyiben ezeket az adottságokat nem veszik figyelembe sportágválasztáskor és az edzésterv összeállításakor, valamint a terhelhetőség meghatározásakor, akkor az olyan, mintha becsukott szemmel vezetnék autót. Apropos, ha már a szemnél tartunk, vannak olyan jelenbeli és pláne jövőbeni paraméterek, amiket soha senki nem fog tudni szemmel pontosan meghatározni. Ezért a ránézésre való döntést érdemes kiegészíteni a tudomány adta módszerrel, mert az így kapott eredmény sokkal megbízhatóbb lesz.

A sportantropometriai mérések segítségével megállapítjuk a:

- várható felnőtt kori testmagasságot,
- testalkatot, testösszetételt,
- biológiai kort,
- hízásra való hajlamot,
- optimális testtömeget,
- erősíthetőséget



Milyen adatokat mérünk?

- testsúlyt,
- testmagasságot,
- csontszélességeket,
- bőrredők vastagságát
- különböző ponton test kerületeket,
- mellkas szélességet,
- mellkas mélységet,
- csípő szélességet,
- váll szélességet

A fenti adatok közötti összefüggések további hasznos információt adnak!
Összesen 24 ponton mérünk meg a testen speciális, nagy pontosságú, egyedileg előállított mérőeszközökkel. A mérés alsó ruházatban történik, fájdalommentes és csupán 5-10 percet vesz igénybe.

A mért adatokat számítógépbe rögzítjük a kiértékelést végző szakember számára, továbbá annak érdekében, hogy az adatok a későbbi kontroll mérésekkel összevethetők legyenek a gyermek fejlődésének nyomon követése céljából.

További szolgáltatásaink:

- sportantropometriai vizsgálat,
- helyszíni, terhelés utáni kardiológiai vizsgálat
- nyugalmi vizsgálat,
- terheléses vizsgálat,
- sporttáplálkozás tanácsadás,
- pszichológiai tanácsadás.

Igénybe vehetők csoportosan. Bárhova helybe megyünk!

Referenciák:

FTC Kft.
MTK Hungária FC
Magyar Sí Szövetség
Arashi Karate Sportclub - AC-Sinus Harcművészeti Sportegyesület
Senshi Karate Club
Budajenő Kempo SE
Békéscsaba 1912 Előre Kft.
Budapesti Sportszövetségek Szövetsége
Postás SE
Új Lombard Kft.
Multi SE
DKSE
Békéscsabai Kosárlabda Club
Vác Városi Evezős Club
MJSZ
Illés Akadémia
PMFC
Paksi FC

BSVSC
KTE Labdarúgó Kft.
Honvéd FC Kft.
Goldball '94 FC
Óbudai Kézilabda Sportiskola
Pénzügyőr Sportegyesület
DVTC SE
Szentesi Párducok UP SIE
Balatoni Triatlon Team
Gödöllői Bocskai SE
Bajnokok Olimpia SE
Dunakanyar-Vác Labdarúgó Kft.
V. ker. Önkormányzat
Budai XI. Sportegyesület
Esztergomi Küllőszagatók Kerékpár Egyesület
GFS Motorsport Egyesület
Esztergomi Hajós Egylet 1907
Center Motorsport Club
Sziget DSE
Siófok KC Kft.
Mosonmagyaróvári Vízi Egyesület
Hófehér Fóka Úszóiskola
Veresegyházi Triatlon Sport Utánpótlásért Alapítvány



Gergelyfi Róbert
70/605-9909
info@mitsportoljak.hu