

## SVA Gesundheitshunderter – Pakete



Spowi Paket ab  
**Abzüglich. SVA Gesundheitshunderter\***  
Ihre Kosten ab

175 Euro  
**-100 Euro**  
75 Euro

### **SVA Spowi Sport Paket (Pauschalpreis: 175 Euro)**

- Persönliches Gespräch: Trainingsanamnese
- Sportwissenschaftliche Untersuchung am Fahrradergometer/Cyclus2 oder am Laufband mit Laktatdiagnostik
- Persönliches sportwissenschaftliches Beratungsgespräch
- Individuelle Trainingsempfehlung für die bevorstehenden Trainingswochen
- Personal Training 60 Minuten

### **SVA Med-Spowi Paket (Pauschalpreis: 280 Euro)**

- Persönliches Gespräch: Medizinische Anamnese und Trainingsanamnese
- Internistische und orthopädische Untersuchung, RuheEKG, Blutdruck in Ruhe, Spirometrie
- Sportmedizinische Untersuchung am Fahrradergometer oder Cyclus2 mit BelastungsEKG, Blutdruck bei Belastung und Laktatdiagnostik
- Persönliches medizinisches und sportwissenschaftliches Beratungsgespräch
- Individuelle Trainingsempfehlung für die bevorstehenden Trainingswochen
- Trainingsüberwachung oder wahlweise Personal Training 60 Minuten

### **SVA Spowi Paket (Pauschalpreis: 435 Euro)**

- Persönliches Gespräch: Trainingsanamnese
- Sportwissenschaftliche Untersuchung am Fahrradergometer/Cyclus2 oder am Laufband mit Laktatdiagnostik
- Persönliches sportwissenschaftliches Beratungsgespräch
- Individuelle wöchentliche Trainingsplanung für 3 Monate
- Personal Training 60 Minuten

### **SVA Med-Spowi+ Paket (Pauschalpreis: 550 Euro)**

- Medizinische Anamnese und Trainingsanamnese
- Internistische und orthopädische Untersuchung, RuheEKG, Blutdruck in Ruhe, Spirometrie
- Sportmedizinische Untersuchung am Fahrradergometer oder Cyclus2 mit BelastungsEKG, Blutdruck bei Belastung und Laktatdiagnostik
- Persönliches medizinisches und sportwissenschaftliches Beratungsgespräch
- Individuelle wöchentliche Trainingsplanung für 3 Monate
- Personal Training 60 Minuten