

AUSDAUER WIRD FRÜHER ODER SPÄTER BELOHNT – MEISTENS SPÄTER

Mehr Leistung über 90 Minuten und darüber hinaus.

Jetzt vom Wissen der Ausdauer- und Athletikexperten profitieren.

iq **athletik**
INSTITUT ZUR TRAININGSOPTIMIERUNG

SPITZENTEAMS UND TOPATHLETEN OPTIMIEREN IHR TRAINING MIT IQ ATHLETIK

- » Erfolgreiche Zusammenarbeit mit DFB-Pokalsiegern, Championsleague-Finalisten, diversen Fußballbundesligisten, Ironman- und Duathlonweltmeistern uvm.
- » Expertise aus über 10 Jahren Leistungsdiagnostik und Trainingsplanung
- » Interdisziplinäres Expertenwissen und modernste Messtechnik
- » Evidenzbasierte Arbeit nach höchsten sportmedizinischen Standards

PROFITIEREN AUCH SIE VON LEISTUNGS- DIAGNOSTIKEN MIT DEN AUSDAUER- UND ATHLETIKEXPERTEN

- » Individuelle Konzeption und Ausgestaltung der Leistungsdiagnostik zum Optimieren des Trainings - abgestimmt auf die Wünsche und Bedürfnisse des verantwortlichen Trainerstab
- » Planung und Organisation des gesamten Testtages in Absprache mit der Athletikabteilung
- » Schnelle Testauswertung und Ergebnisaufbereitung innerhalb von 24 Stunden
- » Experteneinschätzung und individuell abgeleitete Trainingsempfehlungen für jeden Sportler
- » Enger Austausch und Ergebnisinterpretation gemeinsam mit dem Athletiktrainerteam
- » Individuelle Ergebnisdarstellung über verschiedene Softwarelösungen möglich; z.B.: mit SAP Sports One oder Smartabase
- » Diskretion und sicherer Umgang mit erhobenen Personen-, Leistungs- und Gesundheitsdaten



WARUM LEISTUNGSDIAGNOSTIK IM MANNSCHAFTSSPORT

- » Leistung erfolgreich steigern
- » Verletzungsrisiko wirksam minimieren
- » Entwicklungspotenzial des einzelnen Sportlers voll ausschöpfen durch individuelle Trainingsinterventionen
- » Bestform durch gezieltes Load-Management: Trainingsreize setzen und Regeneration fördern

LEISTUNGSDIAGNOSTIK. UND DANN?

- » iQ athletik ist wertvoller Partner im Fußball für Datenanalysen, Trainingsoptimierung, Trainerfortbildung, Forschung und Entwicklung

JETZT VON EXPERTENWISSEN
PROFITIEREN UND UNVERBINDLICH
BERATEN LASSEN!

iQ athletik

iQ athletik Institut zur Trainingsoptimierung
für Sport und Gesundheit
Radilostraße 47 | 60489 Frankfurt a.M.
Telefon: 069/75 65 90-40
E-Mail: info@iq-athletik.de

www.iq-athletik.de

