



Vitaliteitscentrum voor individuen

## Pakket 1 | Conditie

*Ik heb een slechte conditie en ben snel buiten adem. Wat is mijn longcapaciteit en hoe kan ik dat die verbeteren?*

Kom langs voor een conditiecheck.

### Metingen in dit pakket

- ✓ Fietsproef. Om de hart-, vaat- longcapaciteit te meten.
- ✓ Adviesgesprek met de arts
- ✓ Enkel / arm index (+ €50,-). Voor het meten van de verhouding van de bloeddruk in de armen en benen. Hiermee kunnen we een inschatting geven over de kans op arterieel vaatlijden.
- ✓ Rapport met resultaten en advies



### Kosten

€200,- (inclusief bezoek aan de arts)