

EasyTorque

Öko-Score
dieses Screenings:



Sie wollen mehr über unsere Nachhaltigkeits-Scores erfahren?
[Auf unserer Website finden Sie die Erläuterungen.](#)

Der EasyTorque ist ein multifunktionales, mobiles Messsystem zur Diagnostik der muskulären Kraftverhältnisse. Durch die Kraftmessungen von bis zu sechs unterschiedlichen Muskelgruppen ermöglicht es der EasyTorque gezielt auf arbeitsspezifische Belastungen einzugehen.

Nutzen:

- muskuläre Dysbalancen und zu schwache Muskulatur werden aufgedeckt
- individuelle Beratung zu präventiven Maßnahmen oder zu bereits bestehenden Beschwerden
- Sensibilisierung für den gezielten Muskelaufbau der schwächeren Muskulatur und den gezielten Ausgleich von Dysbalancen

Ablauf:

- Kurzanamnese und Erklärung der Messung
- 1. Messung: Rumpf – Extension/Flexion
- 2. Messung: Lateralflexion rechts/links
- Auswertung der Daten / Beratungsgespräch / Aushändigung des Ergebnisberichts

Umsetzung:

- Mess- und Beratungszeit pro Teilnehmenden: 15 Minuten
- Ausschlusskriterien: Schwangerschaft, akute Rückenbeschwerden, Herz-Kreislaufbeschwerden, akute/chronische Erkrankungen des Muskel-Skelett-Apparats (z.B. Osteoporose)
- Maximale Veranstaltungsdauer pro Tag: 8 Stunden zzgl. Auf-/Abbau und Pause
- **Achtung Großmodul:** H 140 x T 80 x B 135 cm, gegebenenfalls wird Unterstützung bei der Entladung und Positionierung benötigt
- Platzbedarf: ca. 4 m², 1 Tisch, 2 Stühle, Stromanschluss
- Personalbedarf: Expertin oder Experte von Aktivital ist inklusive

Wir machen Entwicklung. Erlebbar.

Erfahren Sie mehr. Schreiben Sie uns. info@aktivital.org