

RückenCheck – TRICURO

Öko-Score
dieses Screenings:



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

Leicht verständlich und überall durchführbar. Aufgrund der handlichen Größe ist die Messung in jeglichen Bereichen realisierbar. Mithilfe modernster Sensoren lassen sich detaillierte Aussagen zu Körperhaltung sowie Beweglichkeit und Stabilität der Wirbelsäule tätigen. Anhand der individuellen Ergebnisse werden den Teilnehmenden direkt Übungen vorgeschlagen, die eine Verbesserung der Wirbelsäulengesundheit ermöglichen.

Nutzen:

- Mithilfe des Screenings können eventuelle Defizite aufgezeigt und anschließend Tipps und korrigierende Übungen zur Verbesserung der Wirbelsäulengesundheit gegeben werden

Ablauf:

- Kurzanamnese und Erklärung der Messung
- 1. Messung: im aufrechten Stand
- 2. Messung: Messung der Beweglichkeit
- 3. Messung: Testung der Stabilität mittels Matthiass-Test
- Auswertung der Daten / Beratungsgespräch / Aushändigung des Ergebnisberichts

Umsetzung:

- Mess- und Beratungszeit pro Teilnehmenden: 15 Min. oder nach Absprache
- Genauestes Messergebnis mit freiem Oberkörper, aber keine Voraussetzung
- Maximale Veranstaltungsdauer pro Tag: 8 Stunden zzgl. Auf-/Abbau und Pause
- Platzbedarf: ca. 4m², separater Raum oder mit Sichtschutz, 1 Tisch, 2 Stühle, Stromanschluss
- Personalbedarf: der Diagnostikexperte von Aktivital ist im Modulpreis inkludiert

Wir machen Entwicklung. Erlebbar.

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