



## **Impedanzanalyse (BIA)**

Die **Impedanz-Analyse** ist ein wissenschaftlich anerkanntes und etabliertes Messverfahren zur **Bestimmung und Beurteilung der Körperzusammensetzung**.

Sie wird in der Ernährungs-, Sport- und Anti-Aging-Medizin eingesetzt.

Die **Impedanz-Analyse** gibt eine umfassende Auskunft über den Anteil an Körperfett, Muskelmasse und Körperwasser.

### **Die elektrische Impedanz-Analyse ist erforderlich:**

- zur Bestimmung des Ernährungs- und Trainingszustands bei:
  - Sport und Rehabilitation
  - Abnehmprogramm
  - Herzerkrankungen
  - Diabetes mellitus
  - Lungenerkrankungen
  - Alterungsprozessen - Bestimmung des Vitalitätsoptimums
- zur Verlaufsbeurteilung des Trainingsprogramms
- zur Optimierung des Trainings
- zur Erarbeitung eines individuellen Lebensstilprogramms

### **Ihr Nutzen**

- **Die individuelle Beurteilung Ihres Ernährungs- und Trainingszustandes**
- **Erhalt und Steigerung Ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit und Gesundheit**