

Ctrl+Train

Ctrl+Train is ontwikkeld voor het testen, begeleiden en trainen van de sport die u graag wil beoefenen, zowel op amateur niveau als op professioneel vlak.

Elke sport bestaat uit een unieke samenstelling van Sport Specifieke Eigenschappen. Wanneer u als sporter verbetert in deze eigenschappen, dan zal dit leiden tot betere prestaties.

Ctrl+Train is een testprotocol, bestaande uit verschillende keuzepakketten, voor het meten van Sport Specifieke Eigenschappen, die kenmerkend zijn voor de sport in kwestie. Dit product is bedoeld voor zowel de individuele sporter als voor het gehele sportteam, waarbij keuze is voor meerdere testmomenten gedurende het (sport)seizoen. Het testprotocol kan zowel op locatie, bijvoorbeeld op het voetbalveld of in de gymzaal, als in onze praktijk afgenomen worden.

U wordt getest aan de hand van uw eigen Sport Specifieke Eigenschappen. Bij een hardloper zijn dat bijvoorbeeld met name duur uithoudingsvermogen, lenigheid en duurkracht. Terwijl een voetballer, buiten uithoudingsvermogen, tevens moet beschikken over explosiekracht en wendbaarheid.

U krijgt een rapport waar uw verminderde Sport Specifieke Eigenschappen vermeld worden. Aan de hand van dit rapport wordt er voor u een trainingsschema samengesteld om onder begeleiding of zelfstandig te werken aan de verbetering van uw sportprestaties.

Bent u geïnteresseerd in Ctrl+Train of hebt u nog vragen over ons product? Neem dan telefonisch contact op met B-Fysic, 085-2104910, of stuur een mail naar blangman@b-fysic.nl