

Lékařské prohlídky SCM JO 2016

Proč prohlídky? Jednou za rok je velmi důležité, aby vaše tělo bylo zkontrolováno odborníkem. Jsme sportovci a pro náš výkon je podstatné znát některé údaje pro efektivnější trénování. Díky stejnému místu jako v předcházejících letech navíc proběhne srovnání ukazatelů. K čemu jsou jednotlivé naměřené parametry se můžete dočíst v prezentaci od Aničky Štítkové a Barči Balcarové zde: <http://www.scmjo.cz/wp-content/uploads/2013/11/L%C3%A9ka%C5%99sk%C3%A1-prohl%C3%ADka.pdf>

- Místo:** 1) Nemocnice Jablonec nad Nisou, Ambulance tělovýchovného lékařství, MUDr. Dufková
2) Funkční laboratoř UJEP, Ústí nad Labem, MUDr. Hnízdil
- Termíny:** V tabulce na <http://1url.cz/etzXZ> (každé město v jiném listu). Lze podle libosti si vybrat místo Jablonec / Ústí, každé město nabízí jiné časovky. Konec přihlášek je vždy 5 dnů do prohlídky.
Na prohlídku **přijďte alespoň o 20 min dříve.**
- Odhlášky:** Jen z vážných důvodů na mail jan.picek@mymaps.cz (Jablonec) nebo AdikB@seznam.cz (Ústí), a to min. 2 dny před prohlídkou
- Nutná výbava:** Sportovní oblečení a obuv

Možnosti vyšetření:

Jablonec nad Nisou

1) prostá ergometrie (45 min)

Odebrání anamnesy, základní antropometrické vyšetření, vyšetření pohybového aparátu, klinické vyšetření tělovýchovným lékařem, zátěžové vyšetření na bicyklovém ergometru bez analýzy výměny dýchacích plynů

2) spiroergometrie (60 min)

Preventivní prohlídka sportovce tělovýchovným lékařem s komplexním testem zdatnosti (odebrání anamnesy, základní antropometrické vyšetření, vyšetření pohybového aparátu, analýza tělesného složení, klinické vyšetření tělovýchovným lékařem, klidová spirometrie, zátěžové vyšetření s analýzou výdechových plynů), zátěžové vyšetření s analýzou dýchacích plynů, určení anaerobního prahu atd.

Ústí nad Labem

Kompletní spiroergometrické vyšetření; stanovení tělesného složení (% podkožního tuku a % vody), maximální zátěžový test na běhacím koberci, stanovení VO₂max a dalších

maximálních kardiopulsačních parametrů, stanovení ventilačního anaerobního prahu a doporučených tréninkových intenzit.

Cena:

Jablonec

650,- Kč

prostá ergometrie

1050,- Kč

spiroergometrie (do 15 let)

1150,- Kč

spiroergometrie (nad 15 let)

Ústí

800,- Kč

Členům TSM bude proplaceno 75 % nákladů na prohlídku, členům SCM 50 %. Ostatní zájemci se mohou také hlásit, ale nebude jim poskytnut příspěvek. Doplatky budou splatné na účet SCM po skončení prohlídek (ne u lékaře). Pokud letos již někdo absolvoval prohlídku (s reprezentací, s klubem atd.), bude mu proplaceno při předložení dokladu zpětně.