

Informationen zum Basisstufentest (BST)

Der Basisstufentest (BST) beinhaltet eine Belastungsuntersuchung auf dem Laufband oder dem Fahrradergometer inklusive einer Laktatkinetikanalyse.

Der BST dient zur Beurteilung der körperlichen Leistungsfähigkeit und ermöglicht die Bestimmung der individuellen anaeroben Schwelle und der individuellen Trainingsherzfrequenzen.

In diesem Sinne handelt es sich um eine primär sportwissenschaftliche Leistung mit dem Schwerpunkt auf der Bestimmung der sportlichen Leistungsfähigkeit und der Trainingsberatung.

Ein ärztliches Gespräch ist bei diesem Test nicht vorgesehen.

Geeignet ist der BST für alle gesunden Sportler, die Informationen zur Feststellung und Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit wünschen.

Fragestellung zur Beurteilung des Herz-Kreislaufsystems erfordern weiterführende medizinische Untersuchungen, die über das Leistungsspektrum des BST hinausgehen und dann auch durch einen Arzt begleitet und befundet werden.

Bitte informieren Sie uns daher im Vorfeld zu bestehenden Vorerkrankungen und medizinischen Fragestellungen!

Die Kosten des BST belaufen sich auf 109,- Euro. Dieser Betrag wird Ihnen einige Tage nach dem Test in Rechnung gestellt.