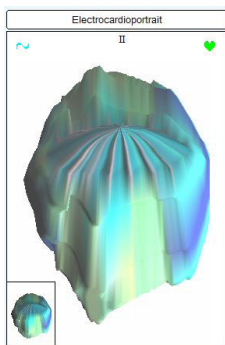


# Infoblatt Herz- & Stresscheck mit cardioscan

Mit dem Herz- & Stresscheck können **Herzgesundheit, Stressbelastung und Fit-Level** einfach und rasch festgestellt werden. Für dieses Screening wird bei Ihnen vor Ort mit der Testperson ein Ruhe-EKG in **sitzender Position in Alltagskleidung** durchgeführt. Die vier Elektroden werden an Hand- und Fußgelenken befestigt; die Messung dauert nur 5 Minuten. Anhand des Elektrocadioportraits ist nach Messung das Testergebnis dargestellt, welches individuell erklärt wird.

## Ihr Nutzen

- » schnelles & einfaches Screening der Herzgesundheit
- » Auskunft über die Funktionalität des Herzens, den individuellen Stress-Index und das Fitness-Level
- » Empfehlung der individuellen Herzfrequenzgrenzen für ein Training
- » Gruppenauswertungen möglich (z.B. Abteilungen)
- » positives Image
- » Erweiterung „Lebensstil-Analyse“ mittels Blutdruck- und Bauchumfangmessungen sowie Kurzfragebogen
- » Umsetzung z.B. als Gesundheitstag oder Start eines BGM-Projektes mit Bewegung, Ernährung, Entspannung



Bildquelle: cardioscan.de



**Mag. (FH) Maria Hardinger, MSc Unternehmensberatung**  
Gesundheit für Führungskräfte und Unternehmen

📍 Sackgasse 6/7, 8700 Leoben

☎ +43 (0)664 - 54 14 556

@ info@maria-hardinger.com 🌐 www.maria-hardinger.com