



Médecine du sport

Val-de-Ruz

Notre gamme de prestations

- **Test d'effort** sur tapis roulant ou vélo avec **ergospirométrie** (analyse des gaz respiratoires)
- **Conseils** d'optimisation de l'entraînement pour un objectif sportif
- **Analyse** de "lactate" à l'effort sur tapis roulant ou vélo
- **Tests de force** (sur plateforme de force) pour tests individuels ou en équipe
- **Bilan** médico-sportif, médecine du sport
- **Anthropométrie** (taille, poids, mesure du taux de graisse avec pince anthropométrique)

Comment l'exécution d'un test d'effort médico-sportif peut vous aider dans l'atteinte de vos objectifs?

- Détermination de votre niveau de performance actuel et analyse de votre potentiel
- Optimisation de votre entraînement grâce aux données du test
- Développement de vos performances pour atteindre vos objectifs sportifs personnels
- Une aide pour rester actif et motivé

Public cible

- Sportifs de tous niveaux (occasionnels et élite)
- Pour l'exploration des performances d'une équipe sportive
- Personnes désirant reprendre une activité physique
- Personnes désirant perdre du poids de manière optimale
- Les projets particuliers sont les bienvenus

Liste de Prix

Ergospirométrie (analyse VO2max, zones d'entraînements, détermination seuil anaérobie)	CHF 150.-
Test des lactates (analyse VO2max, zones d'entraînements, détermination seuil anaérobie)	CHF 100.-
Test de force (sur plateforme de force)	CHF 100.-
Taux de graisse avec pince anthropométrique	CHF 50.-
Consultation médicale: Intervention médicale diagnostique et thérapeutique	Selon Tarmed

Contacts

Dr Michel Hunkeler
médecin chef
032 854 45 26
michel.hunkeler@h-ne.ch

David Herzig
MSc ETH, physiologiste de l'effort
079 427 32 45
david.herzig@h-ne.ch