

Myotest PRO Software

Die PRO Software für den Myotest

Die Myotest PRO Software liefert umfangreiche Informationen für das Training oder die Rehabilitation. Sämtliche Phasen einer Muskelaktivität werden analysiert und sowohl grafisch als auch in Zahlen dargestellt. Neben Kraft, Leistung und Geschwindigkeit können auch Flugzeit, Kontaktzeit und Sprunghöhe ermittelt werden.



Seitenvergleich

Mit der Software PRO können Sie auch einen Seitenvergleich durchführen: Das Beispiel hier zeigt den Vergleich von zwei einbeinigen Sprungtests, die hinsichtlich Kraft, Leistung und Geschwindigkeit gegenüber gestellt werden. Ebenso können Sie auch Agonist und Antagonist miteinander vergleichen.



Bestimmung der idealen Trainingsgewichte

Die Software PRO ermöglicht die Bestimmung des 1RM Werts mit Hilfe von leichteren Gewichten, so dass kein Verletzungsrisiko besteht. Ein Muskelprofil kann erstellt werden, entweder mit den fest programmierten Tests oder auch mit frei durchgeführten Tests, zum Beispiel an einem Seilzuggerät.

Die Software ermittelt die idealen Trainingsgewichte, je nach gewünschtem Ziel: Geschwindigkeit, Muskelaufbau, Maximalkraft etc. Ein Zuverlässigkeitsindex zeigt an, ob die Tests korrekt durchgeführt wurden, und ob die vorgeschlagenen Trainingsgewichte der Leistungsfähigkeit des Sportlers entsprechen.

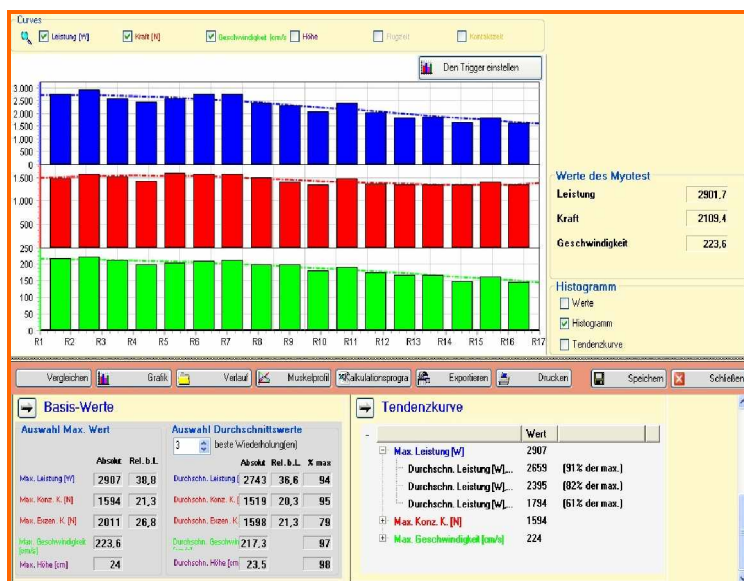
Das Muskelprofil spart wertvolle Zeit, da es die optimalen Trainingsgewichte liefert, und ermöglicht so die gewünschten Leistungssteigerungen in kürzerer Zeit.



Ermüdungstest

Wie lange kann ein Sportler hohe Leistung liefern, ehe die Ermüdung einsetzt? Alle Trainer stellen sich diese Frage, besonders bei Team-Sportarten. Die Software PRO liefert entsprechende Auswertungen, indem sie Tendenzkurven aufzeigt und die Messungen in Prozent der Maximalwerte darstellt.

Die Grafik nebenan zeigt die Ermüdungsanalyse während eines Sprungtests.



Berichte und Datenexport

Die PRO Software liefert leicht verständliche Berichte, die Sie ausdrucken oder per E-Mail verschicken können. Auch können Sie mit einem Mausklick alle Werte für Beschleunigung, Kraft, Leistung und Geschwindigkeit in eine Excel-Tabelle exportieren.