

# Modulvorstellung

# Infrarot-Körperanalyse

Zeitbedarf:  
20 Minuten p. P.

## Inhalt

Infrarot-Messung des Körperfetts an einer definierten Referenzstelle des Oberarms der dominanten Seite sowie eine Bewertung anhand alters- und geschlechtsspezifischer Referenzdaten.

## Ablauf

Das Verhältnis von Körperfett und fettfreiem Gewebe gilt als zuverlässiger Faktor zur Bewertung des Körpergewichts bzw. der Körperzusammensetzung. Die komfortable und völlig ungefährliche Messung erfolgt über einen Lichtsensor an einem definierten Referenzpunkt des Oberarms. Zusätzlich wird standardmäßig der Wasserhaushalt und die Energiebilanz (Ruheumsatz) erfasst.

## Bitte beachten Sie bei unseren Gesundheitsscreenings:



Für unsere TeilnehmerInnen bieten wir **Handschuhe** an, die Sie sich gerne nehmen dürfen.



Wenn Sie über eine eigene **Maske** verfügen, bitten wir Sie diese zu tragen. Sollten Sie keine eigene Maske zur Verfügung haben, bedienen Sie sich gerne an unseren Einmal-Masken.

Bei Fragen sprechen Sie uns gerne an!

**DANKE!**