

Dein nächster Termin für einen Cardioscan ist am:



**SPORT- UND
GESUNDHEITZENTRUM**
DES MTV SOLTAU

Bitte beachte dafür die folgenden Dinge:

- kein Sport 12 Stunden vor dem Check
- normaler/alltäglicher Ernährungs- und Hydrationszustand
- 2 Stunden vor dem Check nichts essen und keine zucker- oder koffeinhaltigen Getränke konsumieren
- 30 Minuten vor dem Check nicht rauchen
- kein akuter Infekt (z. B. Erkältung oder grippaler Infekt)
- ruhiger und entspannter Zustand
- keine stark eingecremte oder zu trockene Haut
- letzte Impfung liegt mehr als 24 Stunden zurück.

Während des Checks setzen wir Ihnen jeweils vier Elektroden an Hand- und Fußgelenke. Die Ergebnisse kannst du dann auch online einsehen. Bitte bring ca. 30 - 45 Minuten Zeit mit.

Wir freuen uns auf dich!

Dein Team vom Sport- und Gesundheitszentrum
des MTV Soltau

MTV Soltau, Stubbendorffweg 8, 29614 Soltau, 05191-3502
www.mtv-soltau.de info@mtv-soltau.de