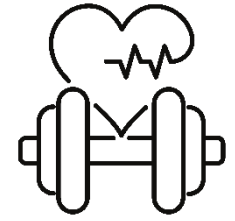


Kardio^{PRO}

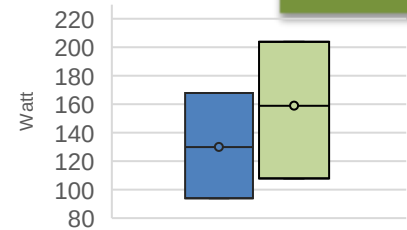


Die letzten 700 Teilnehmenden unseres Programms haben u.a. die unten abgebildeten Erfolge erzielt.

Körperliche Leistung

Maximale Leistung in Watt

+22 %

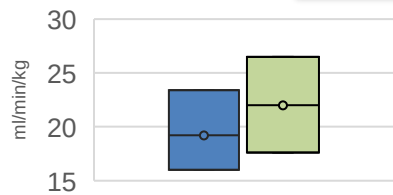


■ Start ■ Ende Reha

Herz-Lungen-Fitness

Sauerstoffaufnahme (VO_{2peak})

+15%

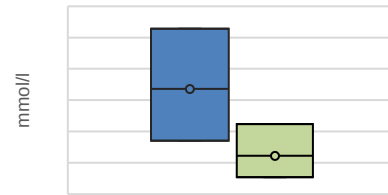


■ Start ■ Ende Reha

LDL

Senkung des schlechten Cholesterins

-40 %

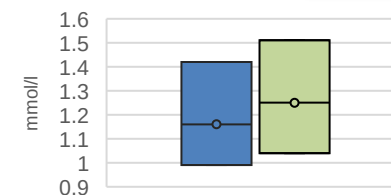


■ Start ■ Ende Reha

HDL

Verbesserung des guten Cholesterins

+8%

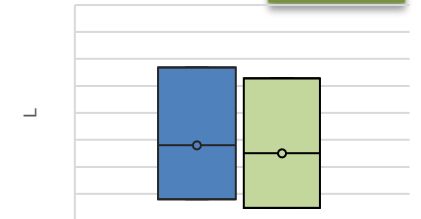


■ Start ■ Ende Reha

Viszerales Fett

Senkung des Bauchfetts

-4 %

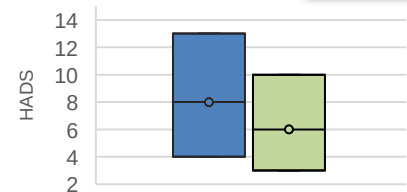


■ Start ■ Ende Reha

Angst & Depression

Senkung der Symptome von Angst oder Depression

-25 %

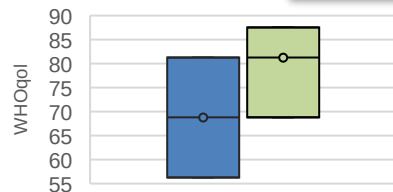


■ Start ■ Ende Reha

Körperliche Funktionen

Steigerung der wahrgenommenen körperlichen Leistungsfähigkeit

+18 %

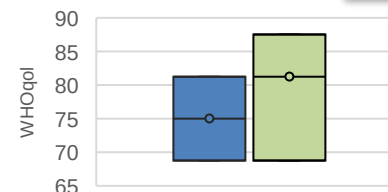


■ Start ■ Ende Reha

Psychologische Funktionen

Steigerung der wahrgenommenen mentalen Gesundheit

+ 8%

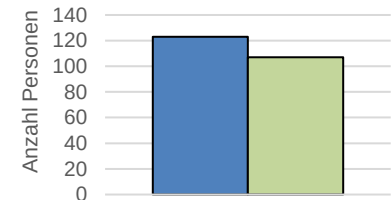


■ Start ■ Ende Reha

Nikotinkonsum

Risikofaktorenmanagement

-13%

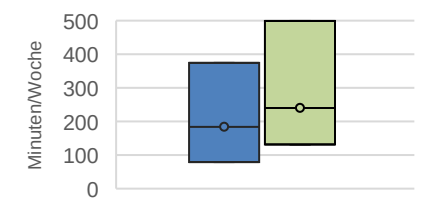


■ Start ■ Ende Reha

Bewegungsaktivität

Gesteigerte körperliche Aktivität

+31 %



■ Start ■ Ende Reha