

STAR i samarbete med **Concept for Life**® erbjuder sina medlemmar



Kroppssammansättning mätning med Tanita

Vid en kroppssammansättning mätning med Tanita MC-980 får man bland annat information om:

- kroppens fördelning av fett och muskelmassa
- eventuell obalans i muskelmassan
- det vicerala fettet (vilket är den farliga bukfetman som bland annat är starkt förknippad med hjärt- och kärlsjukdomar)
- vätskenivån totalt sett inklusive på cellnivå
- metabolisk ålder
- ämnesomsättning genom bioimpedans.

MÄTNING MED TANITA MC-980

Tekniken går ut på att vågen skickar en svag växelström genom kroppen som mäter spänning.

Principen bygger på att blod, muskler, fett, skelett osv har olika ledningsförmågor. Data sätts in i vetenskapliga validerade ekvationer som beräknar kroppssammansättningen. Strömstyrkan är så pass svag att den inte är skadlig och den känns inte när man står på vågen.

Åstrands konditionstest

Med ett så kallat sub-maximalt Åstrand test på cykel får man ett uppskattat värde på sin kondition och en viktig markör när man pratar om hälsa.



**Öppet
Hus**

exklusivt för STAR-medlemmar

Måndag den 28 januari kl 13:00-19:00
Mätning av kroppssammansättning och
Åstrands konditionstest

Arenavägen 55, T-bana Globen

då dessa mätningar är möjliga att boka

STARs medlemspris: 100 kr för Tanita mätning (ord. pris 295)

375 kr Åstrands konditionstest (ord. pris 500 kr)

Föränmäl dig till: Concept for Life tel. 070-715 25 83 eller

Yassin.Eriksson@concept.se

Concept for Life®

Arenavägen 55, T-bana Globen

Tel. 070-715 25 83