

FITNESS > FITMATE PRO

Fitmate Pro

Piccolo e compatto è un vero laboratorio capace di misurare VO₂max, Sub-maxVO₂, il Metabolismo Basale & lo Stato di Forma Fisica



-  [Consumer Fitness DE](#)
-  [Consumer fitness EN](#)
-  [Consumer Fitness ES](#)
-  [Consumer Fitness FR](#)
-  [Consumer Fitness IT](#)
-  [Consumer Fitness ZH](#)
-  [Fitness Wellness DE](#)
-  [Fitness Wellness EN](#)
-  [Fitness Wellness ES](#)
-  [Fitness Wellness FR](#)
-  [Fitness Wellness IT](#)
-  [Poster Endurance EN](#)
-  [Poster Endurance IT](#)
-  [Poster Fitness EN](#)
-  [Poster Fitness IT](#)
-  [Poster Health EN](#)
-  [Poster Health IT](#)
-  [Poster Metabolism EN](#)
-  [Poster Metabolism IT](#)
-  [Product brochure DE](#)
-  [Product Brochure EN](#)

INTRODUZIONE

Valutazione della Capacità Funzionale.

Fitmate PRO è il più piccolo laboratorio disponibile sul mercato per la valutazione dello stato di fitness e della capacità funzionale, in grado di fornire in maniera accurata e semplice a tutti gli utenti informazioni chiare sul loro stato di salute e gli accorgimenti da adottare qualora si volesse migliorarlo.

RMR & Apporto calorico giornaliero

Il Fitmate PRO misura in maniera semplice e veloce il Metabolismo a Riposo (RMR). Fatto sedere comodamente su di una sedia o poltrona il soggetto dovrà respirare tramite una maschera anatomica per circa 10/15 minuti. L' RMR è determinato come funzione del consumo di O₂!

Prima del test verrà fatto compilare al paziente un questionario, indicativo dello stile di vita, tipo di attività fisica e sportiva che svolge normalmente di routine. Queste informazioni unite ai parametri misurati permetteranno di formulare una diagnosi dunque una dieta personalizzata.

Programmi di regolazione del peso

I valori dell' RMR e del dispendio energetico giornaliero sono utilizzati dal Fitmate PRO per l'elaborazione di programmi personalizzati di riduzione, mantenimento o incremento del peso corporeo. La dieta ideale è quella che garantisce risultati stabili e duraturi. Fitmate PRO è conforme alle raccomandazioni emanate dalle più accreditate organizzazioni di nutrizione e garantisce risultati effettivi!

Analisi della composizione corporea

La composizione corporea è uno dei parametri più utili nel monitoraggio degli effetti del training su di un soggetto, in quanto misura effettivamente la percentuale di massa grassa e massa magra. Il Fitmate PRO utilizza due metodologie differenti:

Plicometria

Il plicometro è fornito nella dotazione standard del Fitmate PRO, permette di misurare con una semplice manovra la % di grasso corporeo.

Input dei dati

Se vengono utilizzati altri sistemi per la valutazione della composizione corporea, è sufficiente inserire nel Fitmate PRO i valori misurati in modo da utilizzare un unico report per la presentazione dei dati.

Valutazione dello stato di Fitness

I seguenti parametri sono misurati dal Fitmate PRO e offrono un'immagine dettagliata della condizione fisica complessiva di un paziente:

Antropometrico

BMI, circonferenza vita, rapporto vita fianchi e indice di massa corporea

Cardiovascolare

HR a riposo, pressione arteriosa a riposo (SBp, DBp), composizione corporea (plicometro, BIA o Dexa)

Fitness muscolare

Potenza (1-RM busto, gambe) e resistenza (curl-ups, push-ups, sit-ups)

Flessibilità

YMCA Sit & Reach test

Costo energetico dell'attività fisica

Vorresti conoscere quante calorie hai bruciate durante il tuo allenamento? Con Fitmate PRO è possibile misurare facilmente la quantità di calorie bruciate durante una qualunque forma di attività fisica purchè sia compatibile con l'utilizzo della maschera.

Fitness cardiorespiratorio (CFR)

Il CFR (anche conosciuto come VO₂max) è il più importante parametro per la valutazione generale della funzione cardiorespiratoria. Il Fitmate PRO lo misura nei seguenti modi:

VO₂max (protocollo massimale)

Il soggetto esegue uno sforzo massimale su di un cicloergometro o un treadmill ad un carico progressivamente crescente durante il quale vengono misurati il consumo di ossigeno (VO₂), i parametri respiratori e la frequenza cardiaca. Il massimo consumo di ossigeno (VO₂ max) raggiunto durante l'esercizio è considerato l'indice del Fitness Cardiorespiratorio (CFR).

Sub-max VO₂ (protocollo sub-massimale)

Analogo al test massimale, il test sotto massimale viene interrotto prima che il soggetto arrivi ad esaurimento e non appena viene raggiunta una percentuale 80-85 % della massima frequenza cardiaca (HR) teorica, in questo modo si evitano situazioni potenzialmente pericolose per il soggetto. Estrapolando la relazione tra VO₂ e HR fino alla massima frequenza cardiaca si ottiene una stima molto precisa ed accurata del VO₂ max.

VO₂max (test su campo)

Il Fitmate PRO consente la stima del Fitness Cardiorespiratorio (VO₂max) inserendo i risultati di un test su campo (quali il test di Cooper, test del miglio di Rockport, etc.).

Applicazioni

Il Fitmate PRO è un dispositivo indispensabile per gestire la valutazione funzionale e lo stato di fitness su atleti, persone sane e pazienti che vogliono ricevere risposte sul loro grado di salute. E' un ottimo strumento diagnostico per la cardiologia, la medicina preventiva e dello sport, per la riabilitazione ed endocrinologia. Tecnicamente all'avanguardia è allo stesso tempo pratico e semplice da utilizzare, queste sue caratteristiche ne fanno uno strumento indispensabile all'industria del benessere e della salute.

- INTRODUZIONE**
- CARATTERISTICHE
- SCHEDA TECNICA
- ACCESSORI