

- Fühlen Sie sich gesund?
- Fühlen Sie sich fit?
- Bewegen Sie sich?
- Wie intensiv, wie oft?
- Und Ihre Trainingsherzfrequenz?

Die Antwort erhalten Sie durch eine sportmedizinische Untersuchung mit einer angepassten Belastungsuntersuchung auf dem Fahrrad oder dem Laufband.

Wir nehmen uns die Zeit, alle Ihre Fragen zu beantworten.
Vereinbaren Sie mit uns einen Termin!



05512 / 2317

Dr. Rudolf Rüscher
Hof 368a, 6866 Andelsbuch
T +43(0)5512 2317, F +43(0)5512 2319 19
praxis@dr-ruescher.at, www.dr-ruescher.at

MEIN BEWEGUNGSREZEPT:

- mein Ziel: (z.B. Laufen, Radfahren, Schwimmen usw.)

.....
.....

- wie lange:

.....
.....

- wie oft:

.....
.....

- wie intensiv:

.....
.....

- meine Trainingsherzfrequenz:

.....
.....

VIEL ERFOLG!



sportmed
ruescher

... FÜR EIN BEWEGTES LEBEN