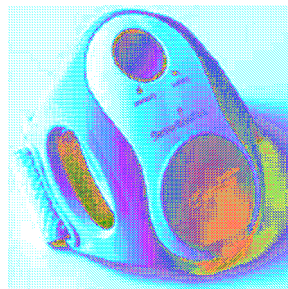


# Körperdaten-Analyse

## Sense Wear Pro 3

### Was ist das SenseWear Pro 3?

Das SenseWear Monitor Armband ist ein revolutionärer multi-sensorischer Körpermonitor zur **Aufzeichnung Überwachung und Beurteilung des Lebensstils** anhand wichtiger physiologischer Parameter

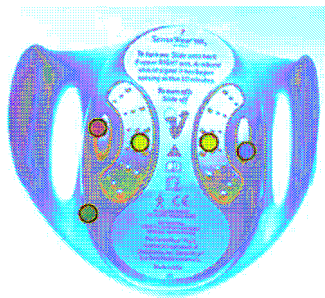


### Wie funktioniert das SenseWear Pro 3?

Im minütlichen Abstand werden folgende Daten gemessen:

- Hauttemperatur
- Körpernahe Temperatur
- Wärmefluss
- Leitfähigkeit der Haut
- Beschleunigung in 2 Achsen

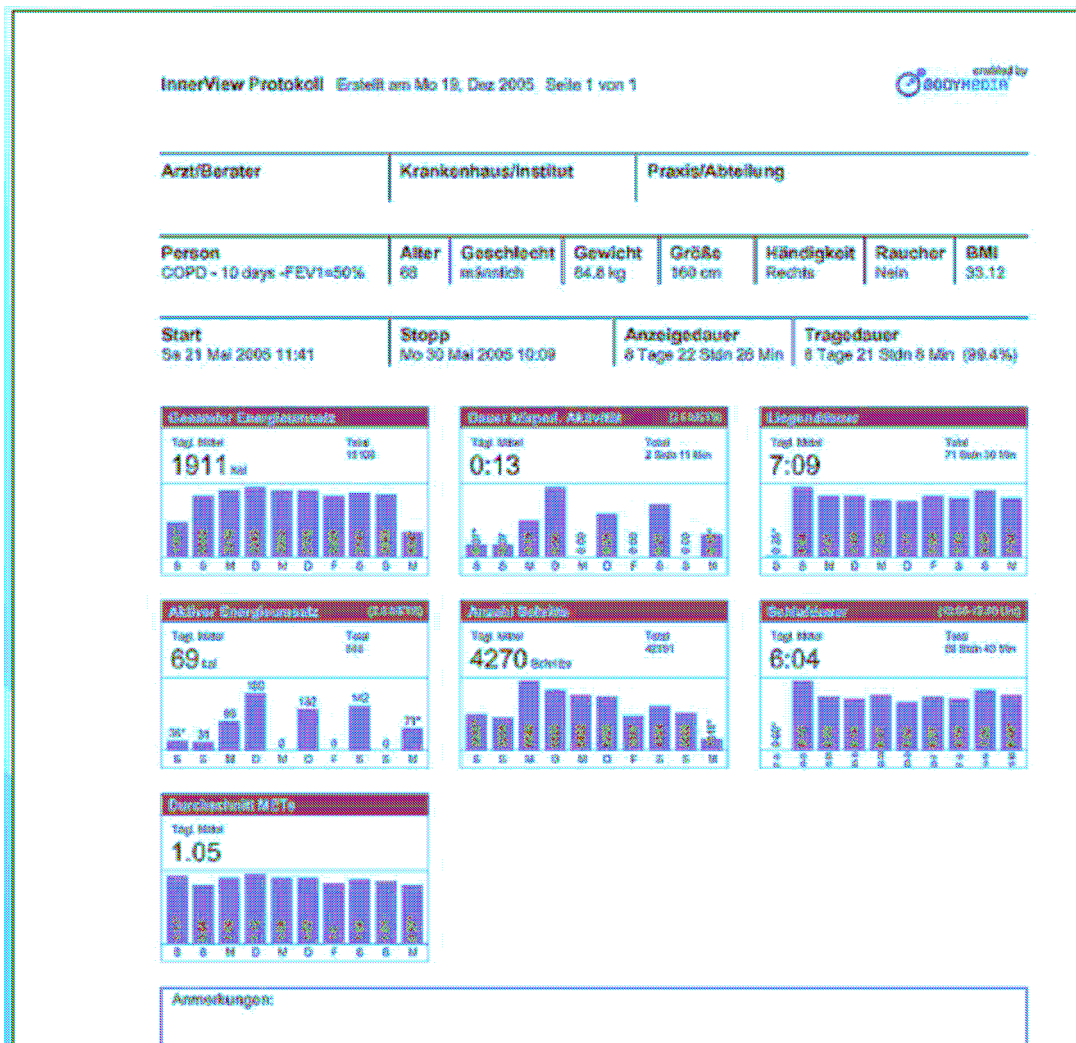
***Aus diesen Daten werden die Ergebnisse ermittelt***





## Welche Ergebnisse erhalte ich vom SenseWear Pro 3?

- Individueller Energieumsatz / Kalorienverbrauch
- Gesamt- und Grund-Energieverbrauch
- Dauer und Kalorienverbrauch in Bewegung
- Grad der körperlichen Aktivität
- Schrittzahl
- Ruhe-, Schlaf- und Wachzeiten



### **Wo ist das SenseWear Pro 3 im Einsatz?**

- Ernährungswissenschaft, Adipositas
- Diabetologie
- Kardiologie
- Sportmedizin
- Schlaflabor
- Fitnessbereich

### **Wie komfortabel ist das Tragen des SenseWear Pro 3?**

- Tragedauer: Von wenigen Minuten bis zu 14 Tagen
- Leichte, angenehme Befestigung am Trizeps
- Gewicht: 80 g
- Datenerhebung vorallem auch während sportlicher Aktivität möglich



### **Was geschieht mit den erhobenen Daten?**

- Datenübertragung per USB Schnittstelle zum PC
- Übersichtliche Ergebnisprotokolle im pdf-Format
- Export der Daten als csv Datei
- Möglichkeit zur medizinisch-wissenschaftlichen Analyse der Daten
- Darstellung aller Mess- und Auswerteparameter auf Zeitachse



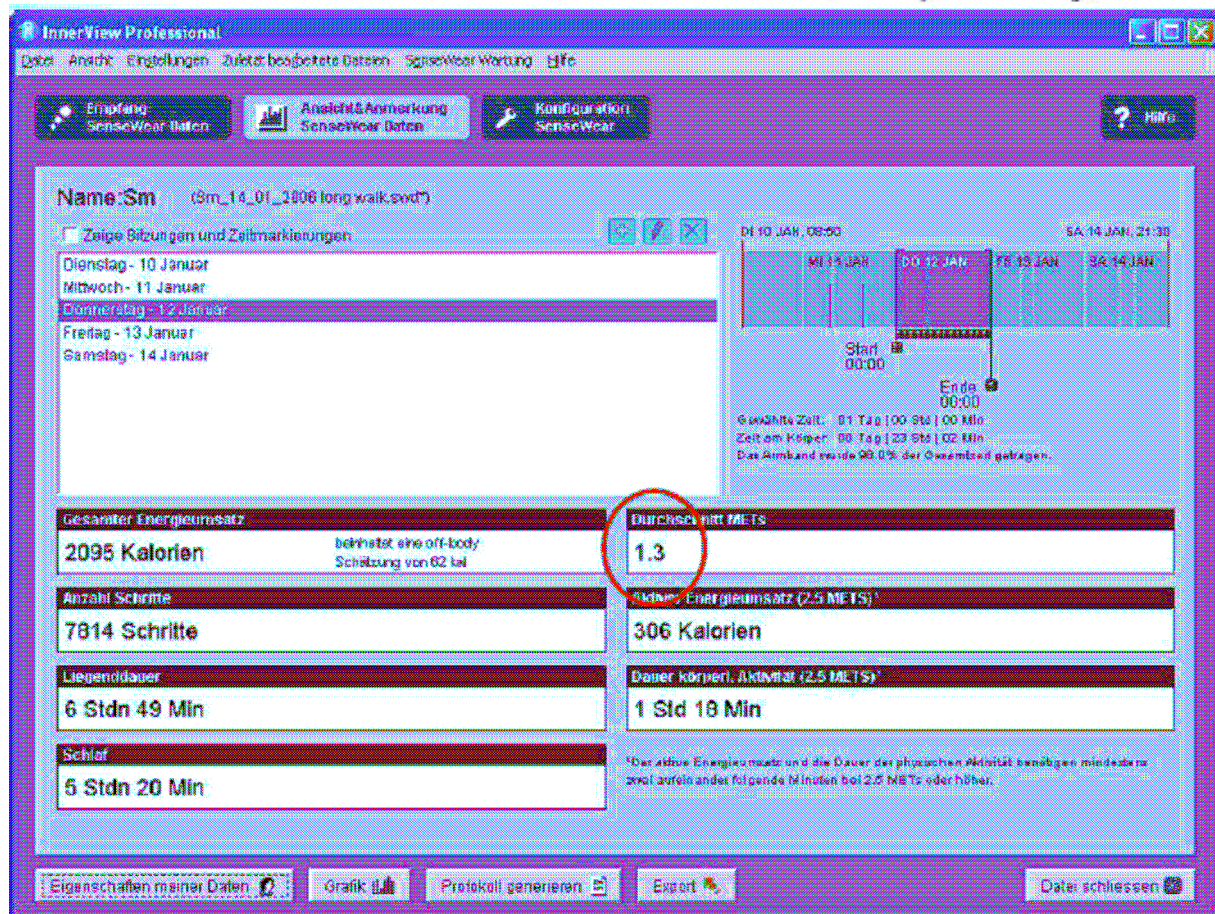
# BODY-COACHES

Ernährungsbetreuung

Trainingsbetreuung

Nahrungsergänzung

*Ihr Ziel ist unsere Herausforderung*



## Wie genau sind die erhobenen Daten?

	Fehler
■ Energieumsatz, alle Situationen	< 10%
■ Dauer der physikalische Aktivität	< 3%
■ Identifikation Belastungstypus	< 10%
■ Anzahl Schritte	< 1%
■ Dauer Ruhe	< 3%
■ Dauer Liegen	< 1%
■ Beginn Schlaf	< 3 Minuten
■ Wachdauer	< 3 Minuten
■ Schlafdauer	< 5%
■ Dauer Fahrzeug fahren	< 5%

### **Wozu können die Ergebnisse verwendet werden?**

- **Planung einer Abnahme von Körpergewicht und Körperfett**  
anhand Kenntnis über tatsächlichen Kalorienumsatz
- **Planung einer Veränderung der Körperzusammensetzung**  
anhand Kenntnis aktiven Energieumsatz (MET)
- **Überwachung der Schlafqualität**  
anhand Kenntnis über Liegedauer und tatsächliche Schlafdauer
- **uvm.**

### **Wer bietet eine Körperdaten-Analyse mit dem SenseWear Pro 3 an?**

- Unter [www.body-coaches.de](http://www.body-coaches.de) können Sie das Sense Wear Armband für die von Ihnen gewünschte Dauer/Tage gegen eine Gebühr leihen.
- Ein individuelles Angebot hierzu erhalten Sie ganz einfach per Email an:  
[holger@body-coaches.de](mailto:holger@body-coaches.de)

### **Was ist im Angebot enthalten?**

- **Überlassung und Erklärung** des Sense Wear Pro 3 Armbands
- **Auswertung Ihrer Daten** nach Abschluss der Aufnahme und Übergabe der Ergebnisprotokolle (auf Wunsch auch auf Datenträger)
- **Besprechung der Ergebnisse** in einem persönlichen Gespräch optional je nach Kundenwunsch