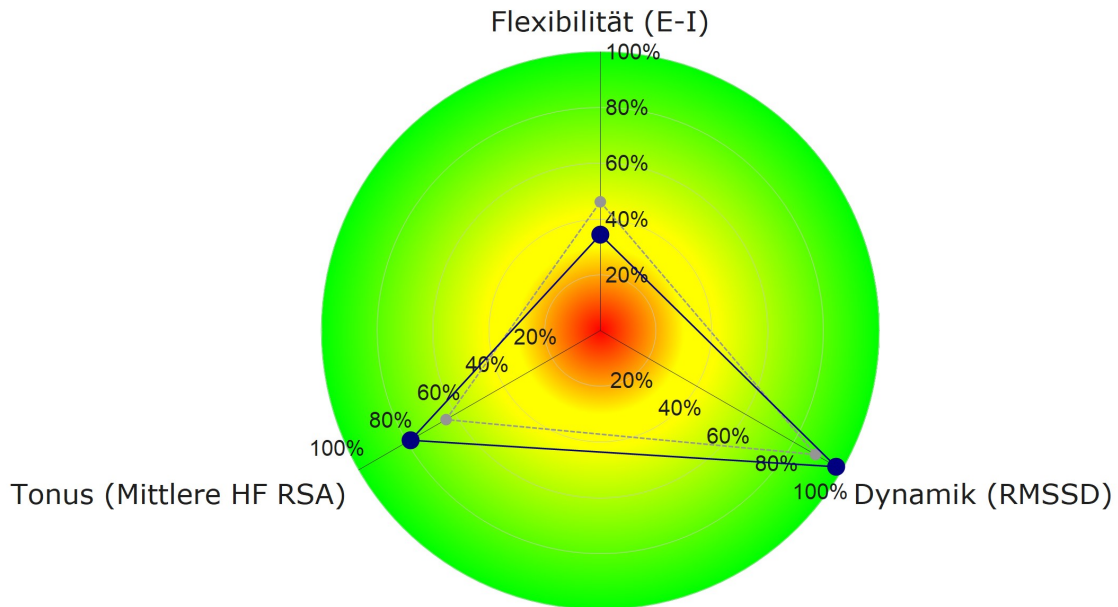


Messung: RSA-Messung 07.12.2024 07:49

Das Ergebnis Ihrer RSA-Messung:

Messungsqualität:

gut



Ihre aktuelle RSA-Messung lässt sich wie folgt interpretieren:

Normalbefund, sehr gute Parasympathikusfunktion, guter körperlicher Trainingszustand.

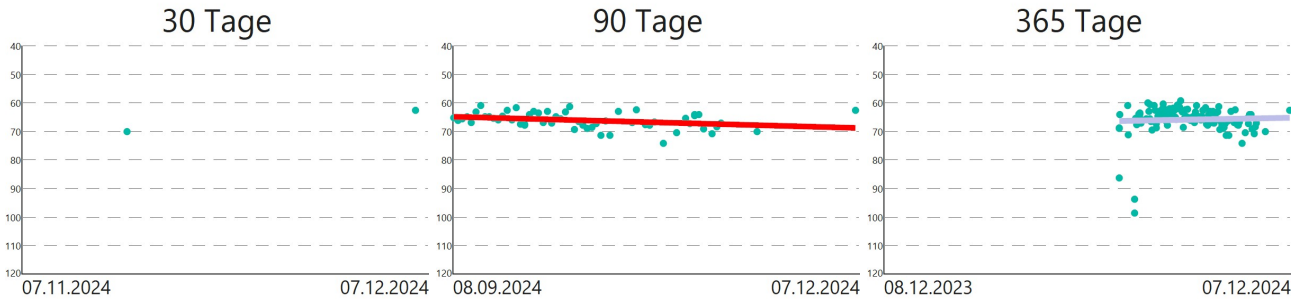
Was bedeutet das Testergebnis für mich?




Sie verfügen über eine gute Bremsfunktion. Ihr Parasympathikus unterstützt Sie, mit Risiken und Belastungen fertig zu werden. Achten Sie darauf, dass Ihre innere Bremse auch weiterhin in einer guten Verfassung bleibt, damit Sie auch langfristig von einem starken Parasympathikus profitieren. Ihr Coach bzw. Therapeut hilft Ihnen dabei.

Bericht

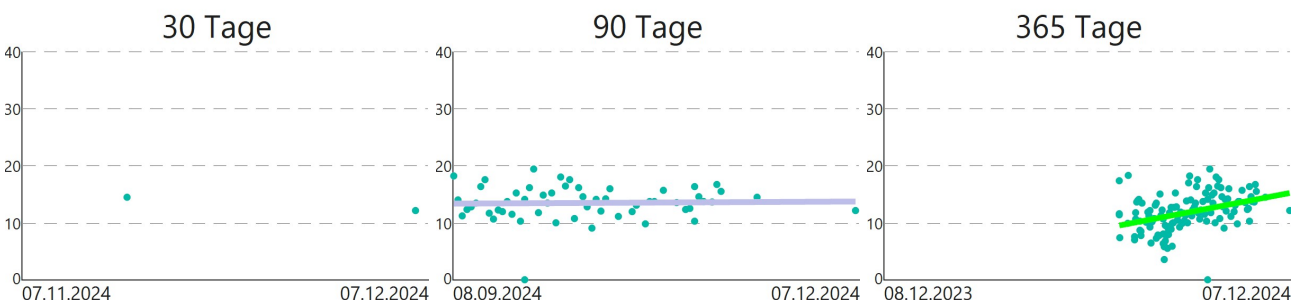
Messung: RSA-Messung 07.12.2024 07:49




Trends Tonus



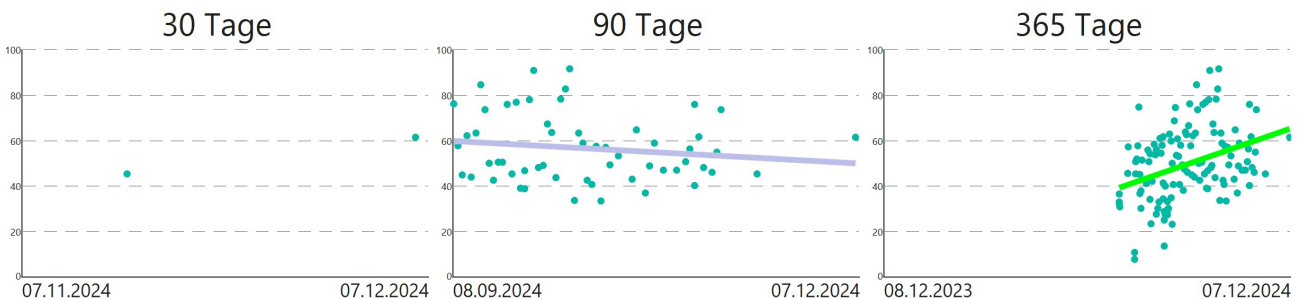
zu wenig Daten  keine signifikante Verschlechterung  keine signifikante Veränderung 



Trends Flexibilität



zu wenig Daten  keine signifikante Veränderung  signifikante Verbesserung 

Trends Dynamik



zu wenig Daten  keine signifikante Veränderung  signifikante Verbesserung 