



Checkliste vor dem aeroscan

Mit den folgenden Fragen prüfen Sie, ob Sie die notwendigen Voraussetzungen erfüllen, um mit dem aeroscan verwertbare Testergebnisse zu erhalten.

Name: aeroscan-Termin:

Vor dem aeroscan

| | JA | NEIN |
|--|-----------------------|-----------------------|
| Liegt der letzte Wettkampf mindestens vier Tage zurück? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haben Sie gestern eine Trainingspause eingelegt oder sich nur wenig körperlich belastet? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haben Sie sich gestern wie gewohnt ernährt und seit 24h auf Alkohol verzichtet? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Am Testtag

| | | |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Fühlen Sie sich heute gesund und ausgeruht? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haben Sie heute ausreichend Wasser getrunken? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haben Sie Ihre Medikamente wie gewohnt eingenommen? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Haben Sie in den letzten beiden Stunden auf Nahrung und Getränke (außer Wasser) verzichtet? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Nur wenn Sie am Testtag **alle Fragen** mit **JA** beantworten, kann der aeroscan beginnen. Andernfalls liefert der Test keine verwertbaren Ergebnisse.

Datum Unterschrift

Vielen Dank.

Weitere Informationen erhalten Sie hier:

[Stempel Ihres aeroscan-Anbieters]