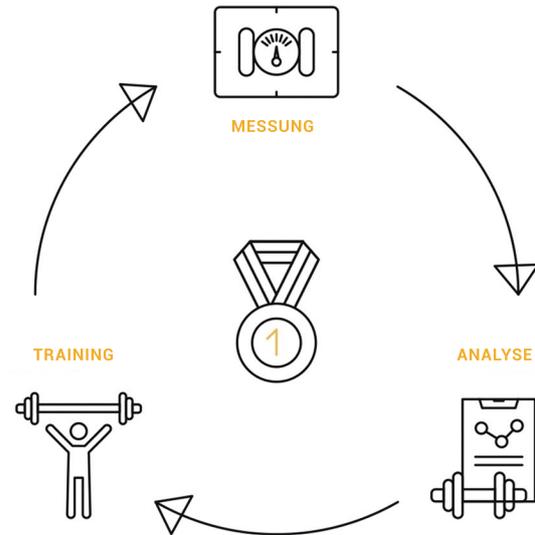


# Das zuverlässigste Trainingssystem aller Zeiten.

Mit CYCESS haben wir eine einzigartige Messtechnologie geschaffen. Durch gezielte Leistungssteuerung erreichen AthletInnen aller Disziplinen Spitzenleistungen. Zugleich gewährleistet unser System einen verantwortungsvollen Umgang mit menschlichen Ressourcen.

Damit eröffnet sich eine neue Dimension im Sport:

- Absolute Spitzenleistungen
- Höchste Gesundheitsstabilität
- Genau zum richtigen Zeitpunkt



## 01 Hochpräzise Leistungsmessung

Durch die Leistungsmessung auf unserer Messplatte wird der **aktuelle Ist-Zustand** der AthletInnen erfasst. Wir haben ein spezielles Verfahren entwickelt, um die Auswirkungen des bisherigen Trainings auf Muskeln, Nervensystem und die gesamte Belastbarkeit zu messen. Das sind die wichtigsten Ausgangsbedingungen für erfolgreiches Training.

## 02 Auswertung und individuelle Planung

Mithilfe der Cyccess Software erfolgt die Auswertung! Unser **einzigartiger Algorithmus** berechnet die Belastbarkeit bzw. die **Trainingskapazität** aus der Leistungsmessung, wodurch das **Training individuell und exakt** geplant werden kann.

Der Prozentwert zeigt **WAS und WIEVIEL** trainiert werden sollte, um die beste Wirkung zu erzielen. Die Berechnung des Wertes ist sehr komplex und umfasst eine Vielzahl an Faktoren – von der muskulären Ermüdung bis zum allgemeinen Stress.

## 03 Dein Training – präzise & effektiv

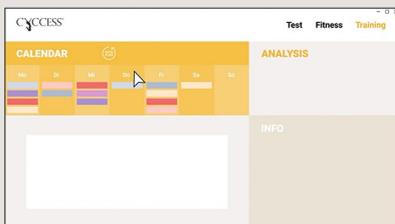
Jetzt liegt es an Dir, das Training konsequent und genau umzusetzen, denn je genauer trainiert wird, desto effektiver ist die Wirkung! Dein perfekter Trainingsplan wird aus mehr als 5.000 Übungen erstellt, welche in der Cyccess Software aufgeführt werden. Dabei ist jede einzelne Übung parametrisiert und animiert.

Nach einer Trainingsphase von 1–2 Wochen wird erneut getestet und das Training wieder angepasst. So werden Überlastungen und Fehlentwicklungen vermieden, wodurch stets eine optimale Wirkung des Trainings gewährleistet wird.



„Unsere Methode wurde mit mehr als hunderttausend Messungen im Spitzensport evaluiert. Im Februar 2020 bestätigte das Europäische Patentamt die Neuheit der Methode.“

Dr. Harald Pernitsch



„Mit der Entwicklung unserer CYCESS Technologie konnten wir das zentrale Problem für sportliches Training lösen die Bestimmung des aktuellen Erholungszustandes bzw. des Ermüdungszustandes. Somit haben wir die wesentlichste Grundlage für ein maximal wirksames Training geschaffen.“

Dr. Harald Pernitsch