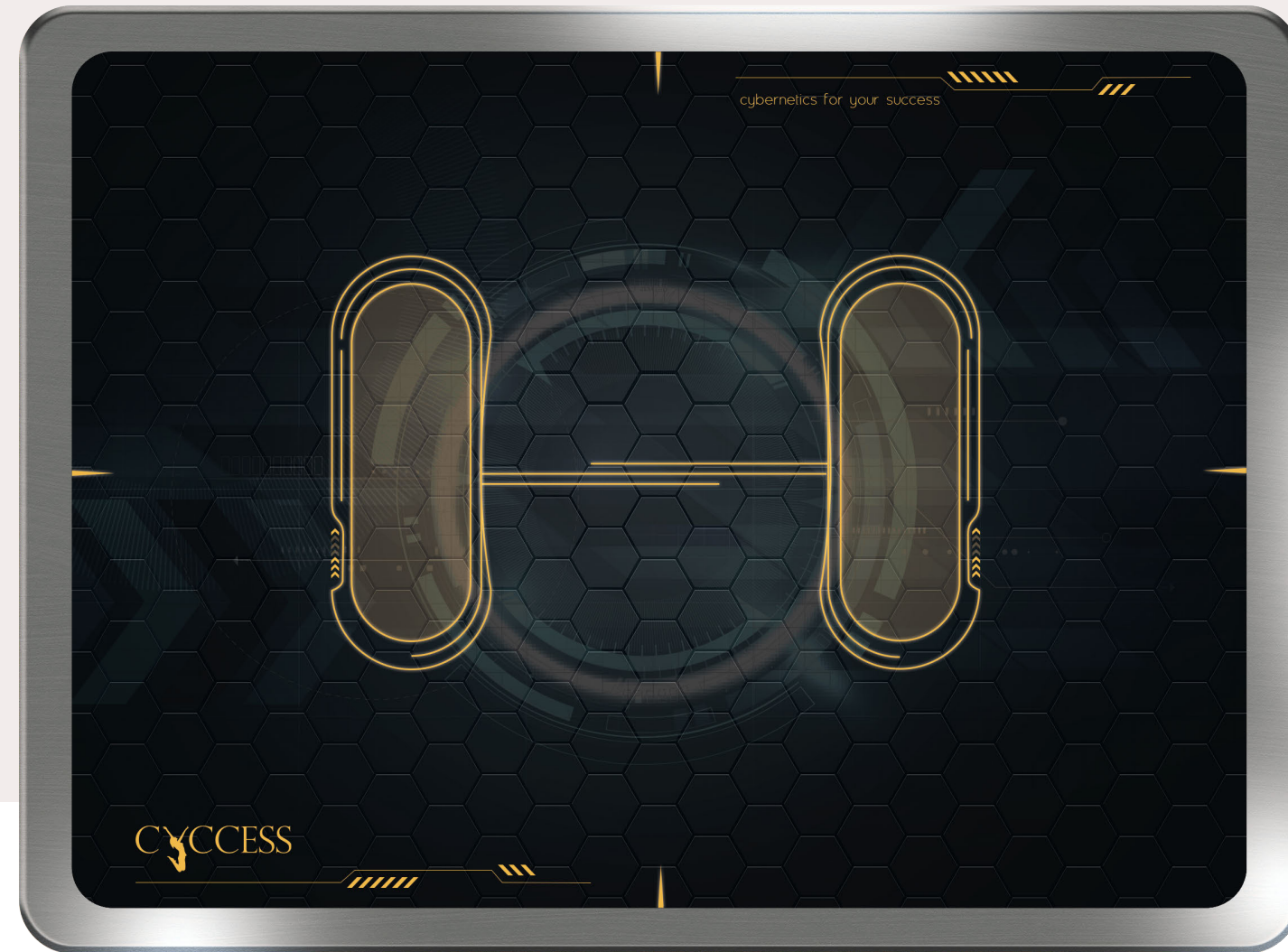


# CYOCCESS<sup>®</sup>

Erfolg im Profisport





# 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 Spitzen- leistungen.

# Höchste Gesundheits- stabilität.



**Genau zum richtigen Zeitpunkt.**



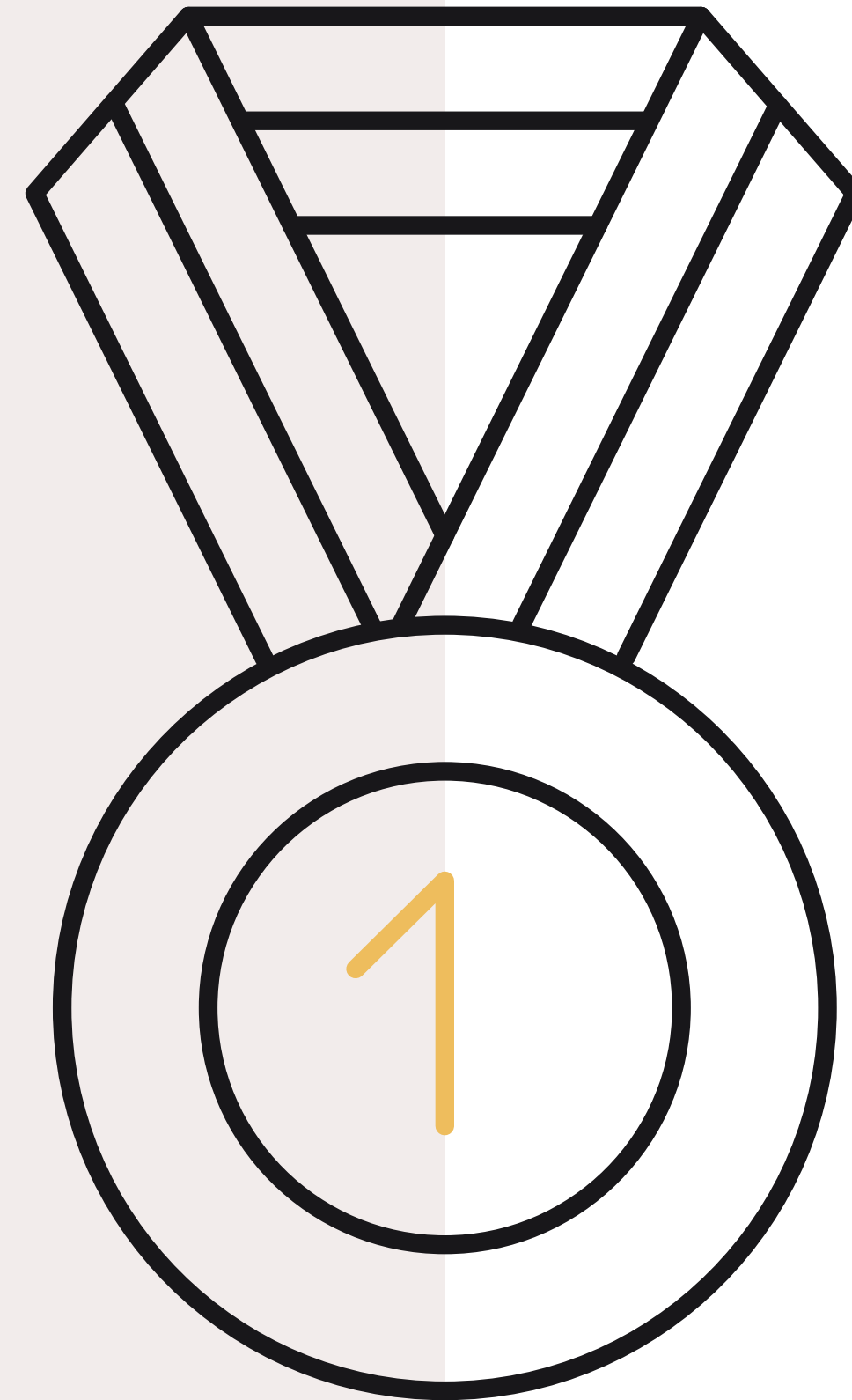
# Performance Control – Der Schlüssel zum Erfolg



# Performance

## Control –

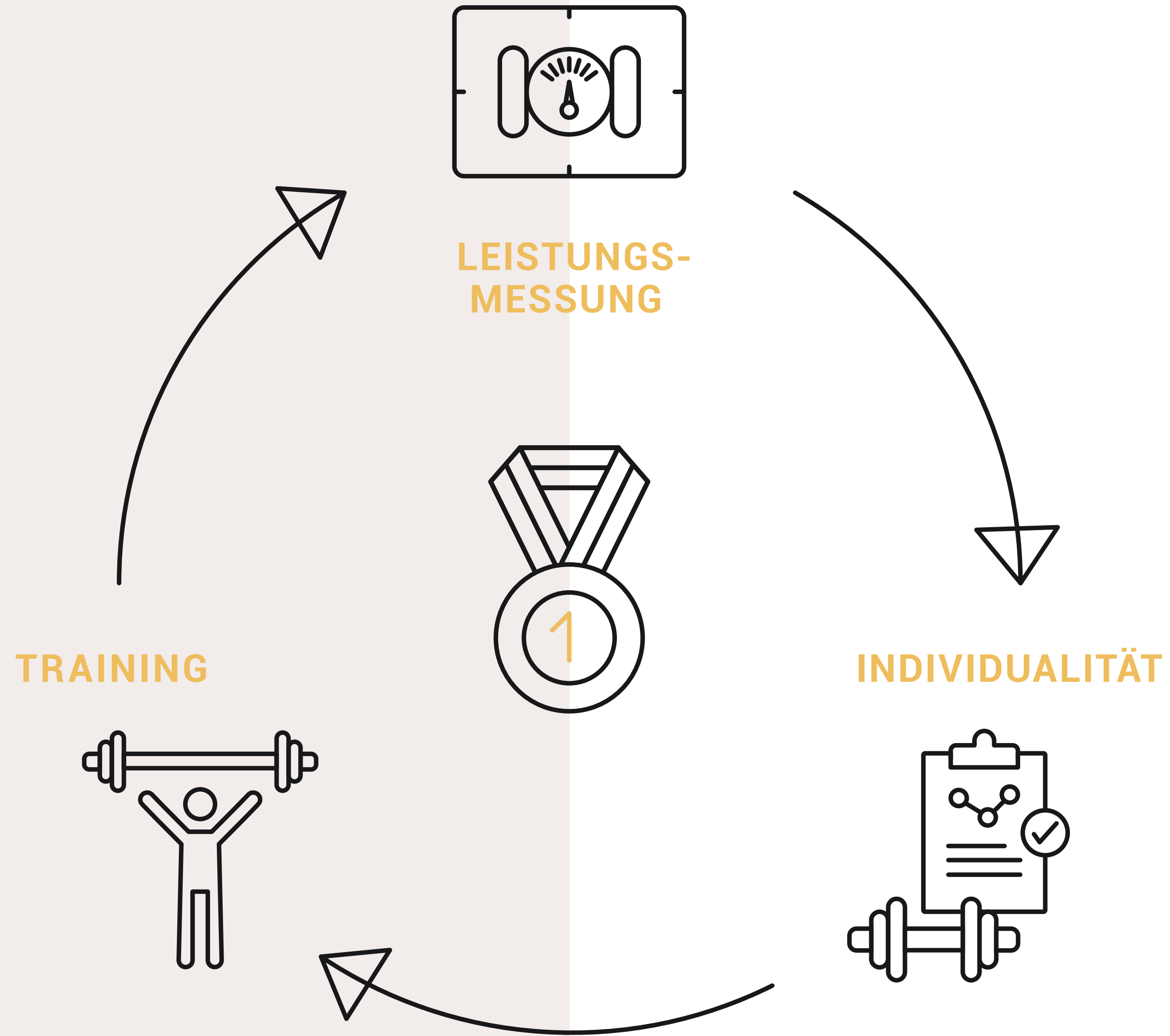
Der Schlüssel  
zum Erfolg



# Performance

## Control –

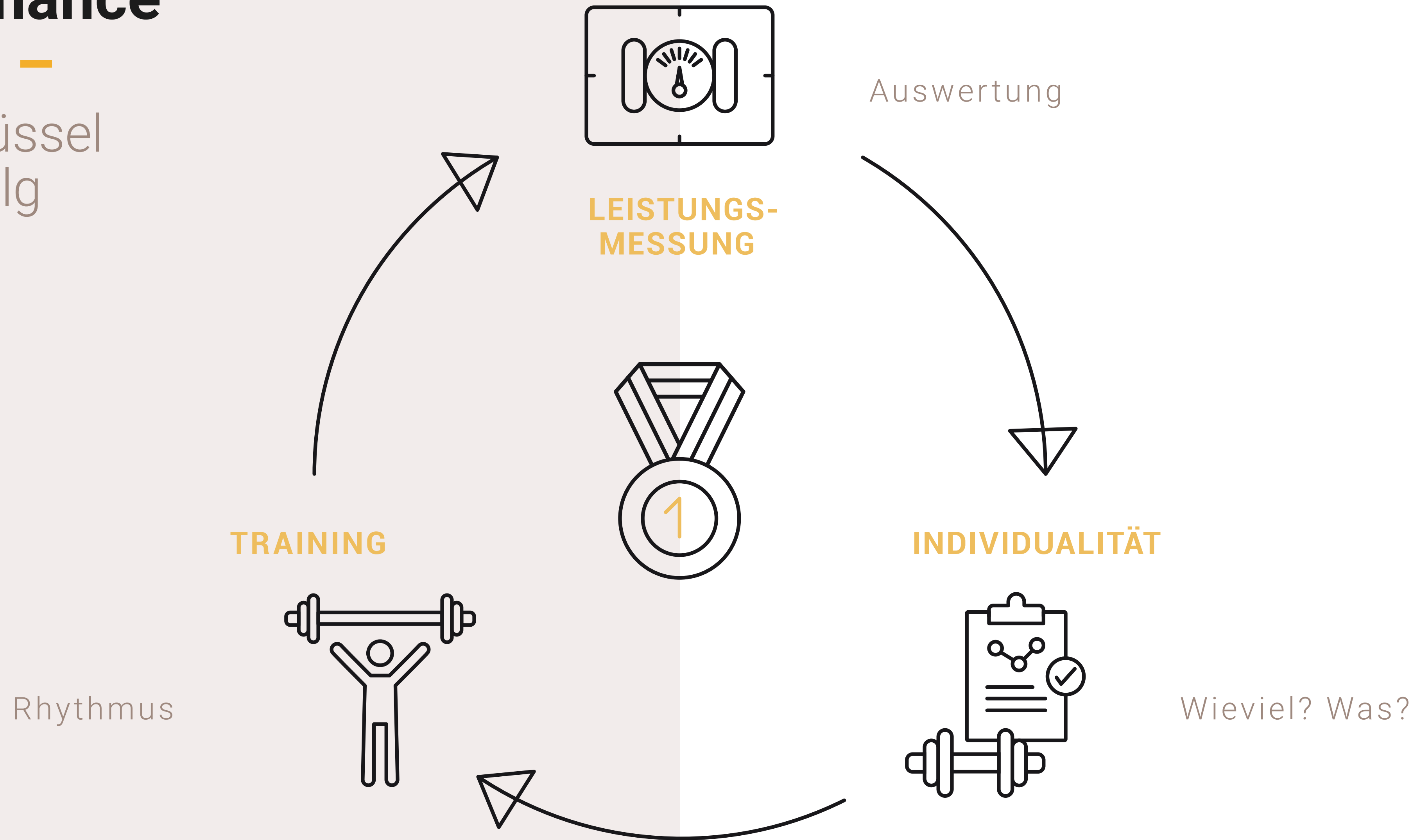
Der Schlüssel  
zum Erfolg

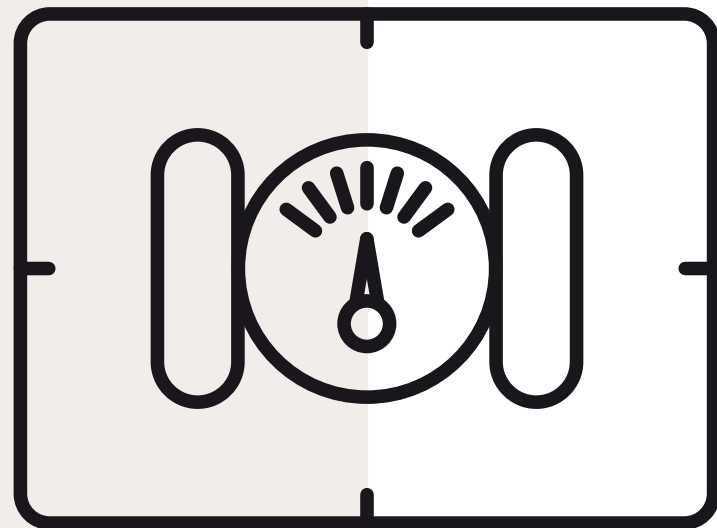


# Performance

## Control –

Der Schlüssel zum Erfolg





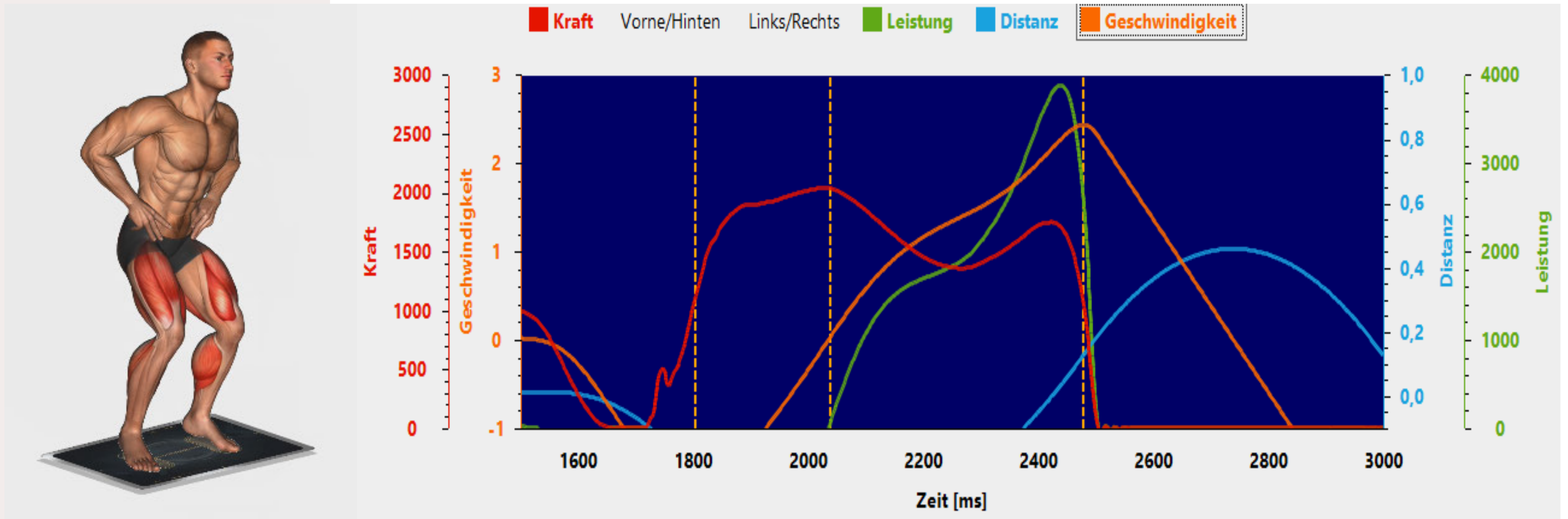
# HOCHPRÄZISE LEISTUNGSMESSUNG

- Sicherheit durch Messung – Überzeugte AthletInnen
- Aktuelle Leistungsfähigkeit – Controlling
- 1 Testdesign für alle Sportarten
- Einfache Testdurchführung, auch mobil einsetzbar

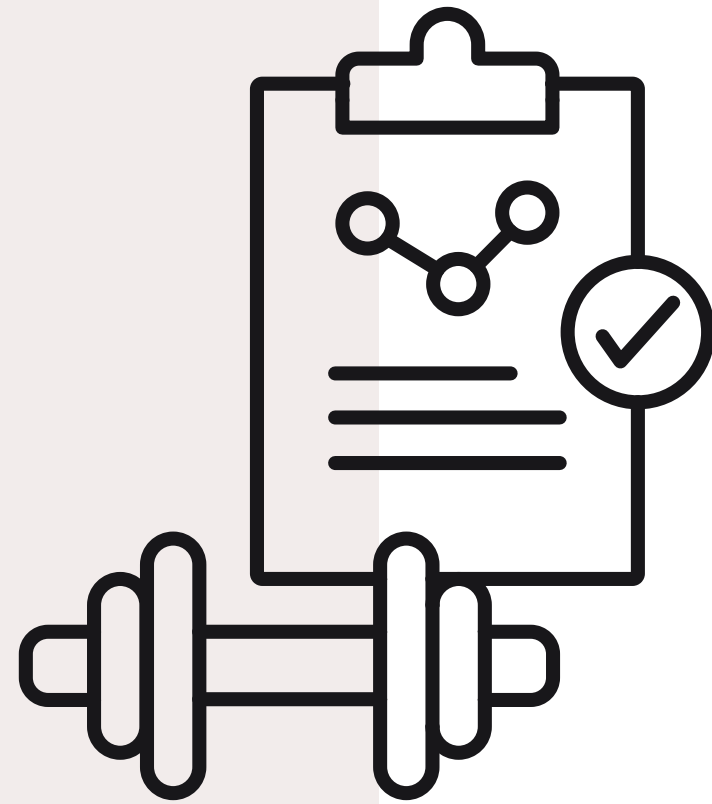
Performance  
Control –

01

# HOCHPRÄZISE LEISTUNGSMESSUNG



Messgrafik in der Cyccess®-Software



# MAXIMALE INDIVIDUALITÄT

- Erkennen von Potenzial – Jeder Mensch ist einzigartig
- Gemessene Belastungskapazität – die richtige Dosis
- Berechneter Trainingsplan – die perfekten Inhalte
- Hochsensible Steuerung der Gesamtbelastung

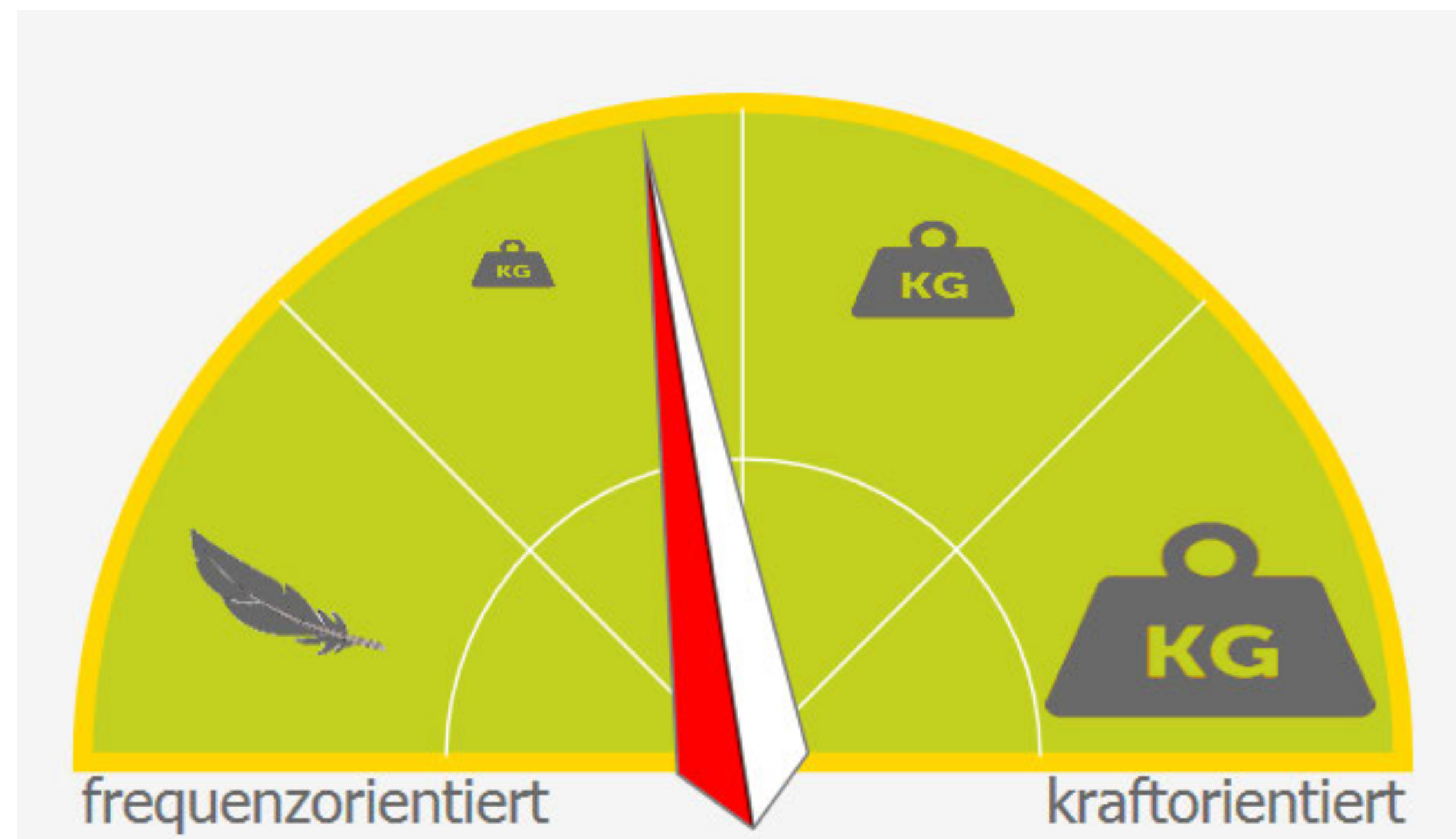
Performance  
Control –

02

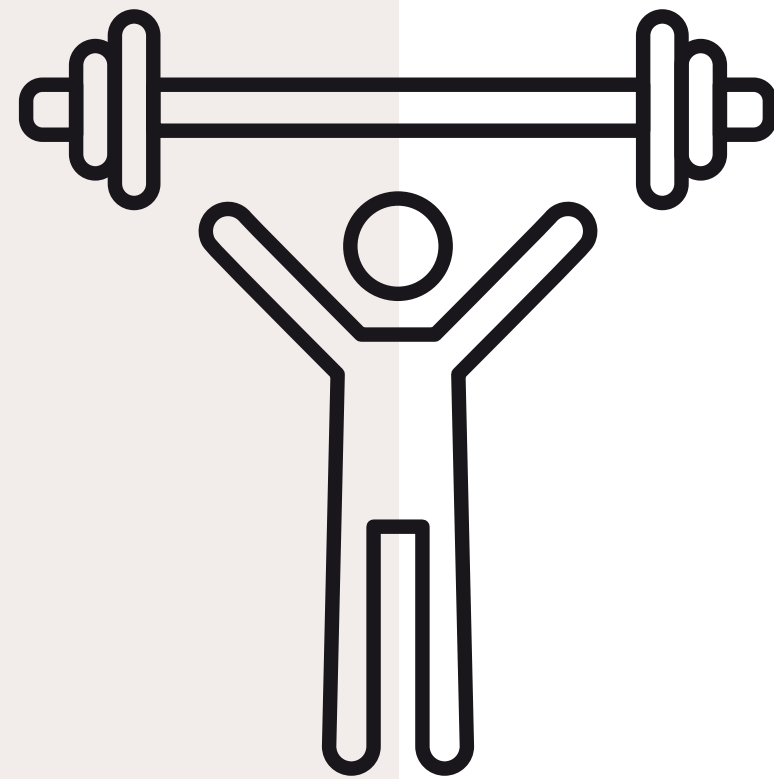
MAXIMALE  
INDIVIDUALITÄT



Trainingskapazität in der Cyccess®-Software



Trainingskompass in der Cyccess®-Software



# INTUITIVES TRAININGSTOOL

- Die besten Übungen kategorisiert und bewertet
- Sportart-spezifische Kataloge beliebig erweiterbar
- Einfach verständlich für AthletInnen
- Planung, Analyse und Dokumentation in Einem



Performance  
Control –  
03

# INTUITIVES TRAININGSTOOL

**Wochenplan: 13. - 19.04.2020**

Entwicklung - Aufbau1

**Mo. 13.** TE: Kraft "Kmax 1a Block" 4 Übungen 75 WH 1,3WE

<b>Beuger</b> Serie(n) 2 x 6  Last: Maschine, Theraband...	<b>Frontkniebeuge tief</b> Serie(n) 7 x 5  Last: 100 Beugen bis Oberschenkel knapp unter	<b>Kniebeuge Sumo LH</b> Serie(n) 2 x 5  Last: 100 Breiter Stand, Knie bleiben über den Zehen!	<b>Kreuzhebe</b> Serie(n)
---	--	--	------------------------------

**Di. 14.** TE: Schnelligk. "S\_lak1 spez." 2 Übungen 180 Sek. 1,0WE

TE: A.G.T. "Rumpf TRX" 10 Übungen 300 WH 0,8WE

**Mi. 15.** TE: Mischkategorie "A-GB" 3 Kategorien VA! 52% 0,9WE

<b>Cardio</b> 20 Min. GB 60-70% 140 H Last: Laufband, Stepper, Radergo	<b>Ausfallschritt-KB LH</b> Serie(n) 3 x 6  Last: Schrittstellung, nach vorne über Zehen beugen.	<b>Hüftbrücke</b> Serie(n) 2 x 6  Last: gestreckte Beine, Ellbogen zum Boden	<b>Kniebeuge</b> Serie(n)
--	---	---	------------------------------

**Do. 16.** TE: A.G.T. "Rumpf Ball" 5 Übungen 300 WH 0,8WE

TE: A.G.T. "Slackline" 1 Übungen 24 WH 0,1WE

**Fr. 17.** TE: Kraft "Kpot+ 6b" 5 Übungen 180 WH VA! 169% 3,0WE

Lieber Max,  
dein individueller Wochenplan besteht aus:

8 TE (36 Übungen) - gesamt 8,7 WE

53% Kraft: 52 Serie(n) 267 WH  
 19% A.G.T.: 43 Serie(n) 624 WH  
 11% Schnelligk.: 12 Serien 180 Sek.

dein persönlicher Cycccess-Coach

**Loaded Jump**

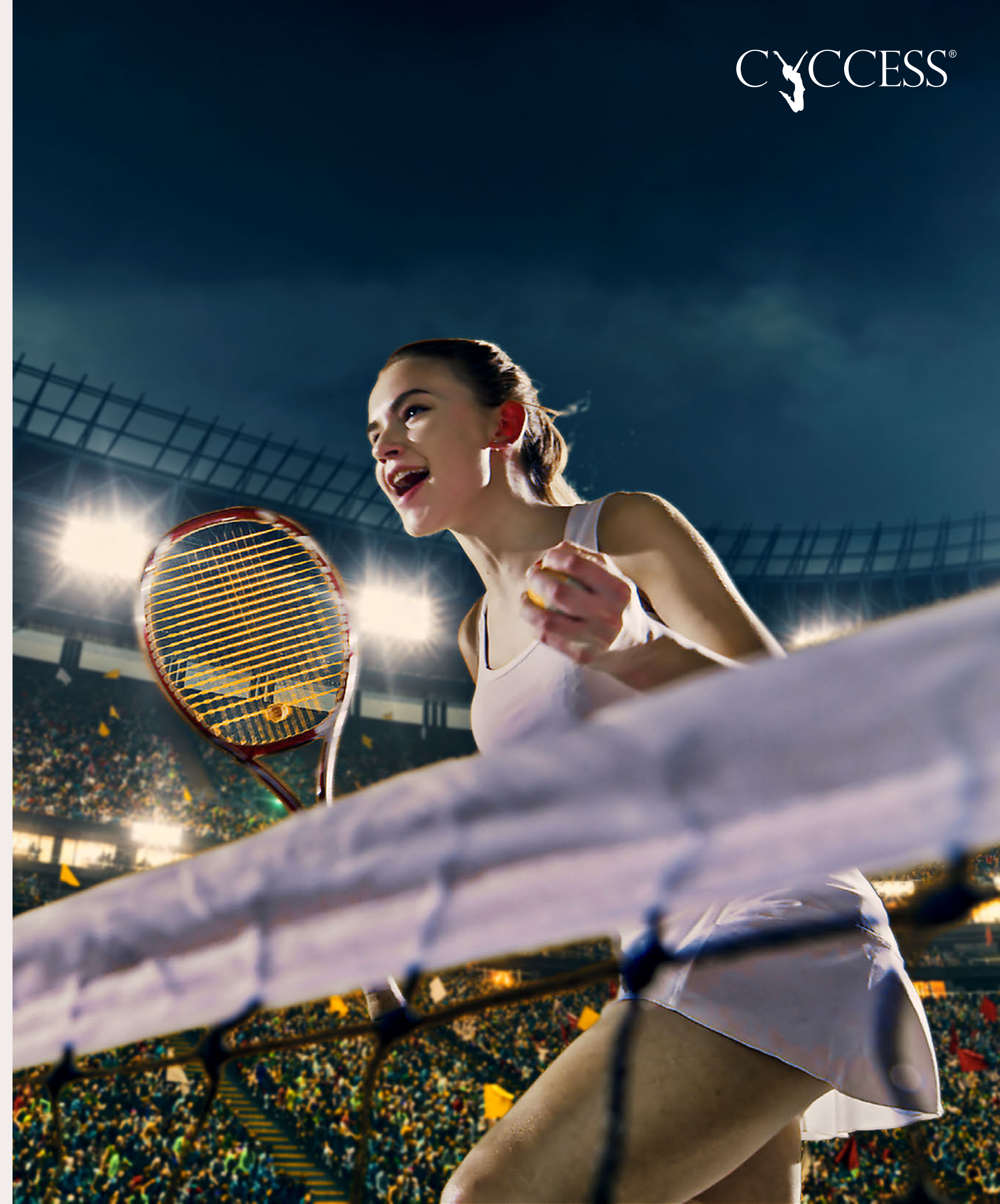
Plan aktualisieren wird in der Vergangenheit nicht unterstützt  
 letzter Test 12.02.2020

**Trainingsverlauf pro Woche mit Soll- Istdifferenz**

KW 14: 06. - 12.04.2020	KW 15: 13. - 19.04.2020	KW 16: 20. - 26.04.2020
EP: W 1/2 Soll 100% Test +10%	EP: W 2/2 Soll 100% Test +10%	EP: W 1/4 Soll 100% Test +10%
Ist 6,5 WE Diff. -0,6 WE	Ist 8,7 WE Diff. 1,5 WE	Ist 8,3 WE Diff. 1,4 WE
Kategorieabweichung!		

Trainingsplan in der Cycccess®-Software

# Begeisterte Anwender



# Begeisterte Anwender



Olympiastützpunkte.  
Sportverbände.

Leistungszentren.  
Athletinnen.

**Begeisterte  
Anwender**

# Begeisterte Anwender



Universitätsinstitute.  
Trainingstherapien.

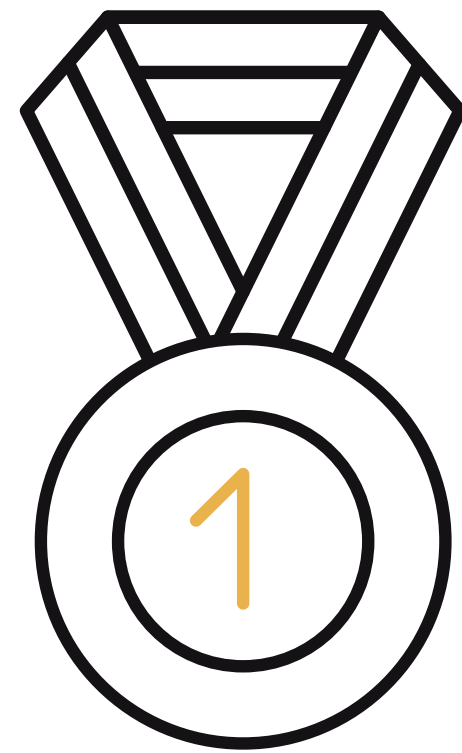


**Das Besondere ist die einzigartige Kombination aus technischem Know-how und sportpraktischem Sachverstand, die uns immer wieder beeindruckt!**

Wir nutzen das System aktuell zur Betreuung von 12 Nationalmannschaften.“

**Dr. Klaus Hübner**

Leiter Sportphysiologie Kraft am Bundesamt für Sport  
Maglingen & Swiss Olympic Medical Center



Sind Sie **bereit?**





# CYCCCESS<sup>®</sup>

Erfolg im Profisport

**W** [www.cycccess.com](http://www.cycccess.com)

**E** [office@spsport.at](mailto:office@spsport.at)

**T** +43 664 5421698