

Healthy Sport

Acht epigenetische Bereiche zum aktuellen Zustand — in der Plus-Variante ergänzt um vier genetische Varianten.

PROBE

Trockenblutkarte,
Fingerbeere

UMFANG

8 Bereiche, Plus: + 4
Varianten

BEFUND

Score 0-100 plus Ampel

Über microRNA-Muster aus Kapillarblut werden acht Bereiche rund um Belastung, Regeneration und aktuelle Belastbarkeit erfasst.

Was wird analysiert?

Acht epigenetische Bereiche

Diese Marker sind veränderlich und bilden den Zustand zum Messzeitpunkt ab — sie sind der Verlaufsteil der Analyse.

Plus-Variante: vier genetische Varianten

Die Plus-Variante ergänzt Sporttyp-Veranlagung, Zusammenhänge zur Trainingsmotivation, Risiko für Muskelschädigung und das Ansprechen der Gewichtsregulation auf Bewegung. Diese Werte sind unveränderlich und werden nur einmalig erhoben.

Probenmaterial und Labor

Wenige Tropfen Kapillarblut aus der Fingerbeere auf eine Trockenblutkarte — keine Venenpunktion, kein Kühlversand. Die Auswertung erfolgt bei unserem Kooperationspartner gegen über 60.000 validierte Referenzwerte.

WICHTIG FÜR DIE PRAXIS

- Acht epigenetische Bereiche als Verlaufsteil, vier genetische Varianten als einmaliger Grundlagenteil.
- Der Befund ersetzt keine sportmedizinische Untersuchung und keine Leistungsdiagnostik.
- Plus-Variante: genetische Analyse — Aufklärung und Einwilligung erforderlich.

Die acht epigenetischen Bereiche

Nährstoffstatus

Hinweise auf ernährungsbezogene Prozesse

Hydrationsstatus

Marker des Flüssigkeitshaushalts

Belastungsniveau

Indikatoren körperlicher Beanspruchung

Regeneration

Reparatur- und Erholungsprozesse

Verletzungsrisiko

Aktuelle Belastbarkeit und Überlastung

Kardiovaskuläre Fitness

Marker der Ausdauerkapazität

Entzündungsprozesse

Epigenetische Entzündungsindikatoren

Muskelstatus

Trainingsbelastung und Erholungsantwort

Nur in der Plus-Variante

Sporttyp

Genetische Veranlagung Kraft/Ausdauer

Trainingsmotivation

Genetische Zusammenhänge

Muskelschädigungsrisiko

Genetische Veranlagung

Gewichtsregulation

Ansprechen auf Bewegung

Was der Befund ausgibt

- Fitness- und Gesundheitsscore auf einer Skala von 0 bis 100.
- Ampelbewertung je Bereich (grün, gelb, rot).
- Konkrete Empfehlungen zu Training, Ernährung und Regeneration.
- Vergleich gegen den eigenen Ausgangswert bei Folgemessungen.



Ablauf in Ihrer Praxis

- 1 Beratungsgespräch führen, Aufklärung und Einwilligung dokumentieren.
- 2 Probenahme: Fingerbeere punktieren, Blut auf die Karte auftragen, trocknen lassen.
- 3 Versand der Karte im vorbereiteten Umschlag an das Partnerlabor.
- 4 Laboranalyse der genetischen bzw. epigenetischen Marker.
- 5 Digitaler Befund mit Ampelbewertung und konkreten Empfehlungen.
- 6 Besprechung und Handlungsplan; Folgemessung frühestens nach 4 bis 6 Monaten.

Für wen geeignet

- Sportmedizinische Praxen und Leistungsdiagnostik.
- Sportwissenschaft, Trainerinnen und Trainer, Performance-Coaching.
- Ambitionierte Freizeit- und Wettkampfsportlerinnen und -sportler.

PREISE UND KONDITIONEN

- B2B-Konditionen nach Absprache — Staffelpreise je nach Abnahmemenge und Vertragsmodell.
- Angebot anfordern: contact@polarisdx.net oder +49 152 2858 0999.

Hinweis: Die Analyse ist ein Beratungs- und Verlaufswerkzeug, keine medizinische Diagnose und kein Ersatz für ärztliche Abklärung. Die Ergebnisse werden gegen eine Referenzpopulation eingeordnet.

Genetische Analysen unterliegen in Deutschland dem Gendiagnostikgesetz (GenDG) — Aufklärung und schriftliche Einwilligung der untersuchten Person vor der Probenahme.

