

DIETETYKA

Plan żywieniowy	W skład usługi wchodzi: przeprowadzenie wywiadu żywieniowo-treningowego, analiza badań laboratoryjnych, wykonanie pomiarów składu ciała (metoda bioimedancji BIA oraz pomiary kalipersem), wykonanie indywidualnego planu żywieniowego, wskazówki żywieniowe. Współpraca odbywa się na zasadzie konsultacji / wizyt co ok. 21-28 dni (w zależności od zaleceń dietetyka prowadzącego).	350 zł. / usługę
Konsultacja dietetyczna	Usługa w oparciu o rozmowę z klientem. Na wizytę można przygotować zestaw pytań / przykładowy plan diety do korekt. Czas trwania 45-60 min.	120 zł. / spotkanie
Wizyty kontrolne	Spotkanie 45' dotyczy wprowadzenia korekt diety, konsultacji, wykonania analiz składu ciała i pomiarów dodatkowych.	150 zł. / spotkanie
Stała współpraca „PRO - sportowiec”	Usługa o zwiększonej dyspozycyjności dietetyka prowadzącego + materiały edukacyjne. W ramach opcji abonamentu „PRO” klient otrzymuje indywidualną opiekę dietetyczną z możliwością dodatkowych konsultacji, korekt planu. Opcje dodatkowe zawierają również edukację w postaci dostępu do materiałów edukacyjnych (nagrań, artykułów, infografik).	300 zł. / miesiąc
Analiza składu ciała + pomiary antropometryczne	Wykonujemy stacjonarnie w naszej poradni w Trójmieście. Używamy profesjonalnego sprzętu marki <i>Tanita</i> , która dokonuje segmentowej analizy składu ciała (masa tkanki tłuszczowej, masa mięśniowa, stopień nawodnienia, stopień wiscelarniej tkanki tłuszczowej, BMI, tkanka kostna, podstawowa przemiana materii, inne parametry). Do badania antropometrycznego używamy również profesjonalnego fałdomierza (kalipera) <i>BATY</i> typu <i>Harpender</i> charakteryzującego się wysoką powtarzalnością i dokładnością pomiarów. Aby zwiększyć precyzję pomiarów, dokonujemy po trzy pomiary z każdego miejsca, a następnie obliczamy średni wynik.	80 zł. / usługę
Suplementacja	Opcjonalnie dotyczy przygotowania zaleceń suplementacji w zależności od okresu treningowego lub innych wskazań.	70 zł. / rozpiszę

Poradnia „Dietetyka Sportowa”
al. Grunwaldzka 76/78, 80-244 Gdańsk
biuro@dietetykasportowa.pl

www.dietetykasportowa.pl
tel.: (+48) 690-007-855

USŁUGI DODATKOWE

Analiza zawartości sodu w pocie <i>* celem przygotowania indywidualnych wytycznych dotyczących nawodnienia</i>	200 zł.
Analizy składu ciała dla grup <i>* dotyczy analiz profesjonalnym sprzętem Tanita oraz faldomierzem BATY</i>	* prosimy o kontakt
Warsztaty edukacyjne	* prosimy o kontakt
Wyjazdy szkoleniowe	* prosimy o kontakt
Przygotowanie artykułów	* prosimy o kontakt

DANE DO PRZELEWU

Bartłomiej Pomorski Dietetyka Sportowa

ul. Józefa Wassowskiego 12 lok. 4, 80-225 Gdańsk

Nr. rachunku: **76 1140 2004 0000 3502 7751 0221** (mBank)

Tytułem: **nazwa usługi**

Poradnia „Dietetyka Sportowa”
al. Grunwaldzka 76/78, 80-244 Gdańsk
biuro@dietetykasportowa.pl

www.dietetykasportowa.pl
tel.: (+48) 690-007-855