



# Funktionsprofil

Ett funktionstest i förebyggande syfte med sjukgymnast eller naprapat.

## Funktionstestet består av

- Några frågor om livsstil, stress och hälsa
- Blodtryck, vikt, BMI, muskel %, fett % och visceralt fettvärde (fett runt inre organ)
- Konditionstest på cykel (något ansträngande, ej max)
- Övningar som testar balans, rörlighet och styrka för hela kroppen
- Åtgärdsförslag med t.ex. träningsövningar för att förebygga eller rehabilitera personens ev. besvär såsom t.ex. axelproblem, ryggvärk, knäbesvär.

Besöket tar ca 1 timme.

Träningskläder rekommenderas.

Om minst 10 medarbetare gör funktionsprofilen får du som arbetsgivare en rapport med resultat och åtgärdsförslag på gruppnivå.

**priserva**  
— ARBETE & HÄLSA —

**Kontakta oss för mer information eller beställning!**

[www.priserva.se](http://www.priserva.se) [info@priserva.se](mailto:info@priserva.se)

### LJUSDAL

S. Järnvägsgatan 52 A  
827 32 Ljusdal  
Tel: 0651-125 40  
Telefax: 0651-71 11 23

### SVEG

Kyrkogatan 11  
842 31 Sveg  
Tel: 0680-125 40

### ÅNGE

Hemskogsvägen 14  
841 33 Ånge  
Tel: 0690-124 30  
Telefax: 0690-617 40

### EDSBYN

Långgatan 17  
828 32 Edsbyn  
Tel: 0271-215 40

### BOLLNÄS

Besöksadress  
V.Stationsgatan 10  
Tel: 0271-215 40