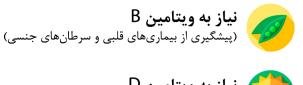
با تست تغذیه و سلامتی چه اطلاعاتی در مورد خودم متوجه خواهم شد؟



نیاز به آنتی اکسیدانها (پیشگیری از پیری، تقویت سیستم ایمنی)

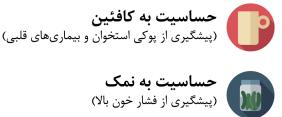
نیاز به امگا-۳ (پیشگیری از بیماریهای خودایمنی مانند MS)

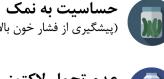
















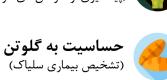












با تست ورزش و تناسب اندام چه اطلاعاتی در مورد خودم متوجه خواهم شد؟

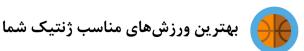


پتانسیل ورزشی استقامتی، قدرتی، ترکیبی، ترکیبی برتر مقایسه توانایی شما با قهرمانان ورزشی

توانایی هوازی (VO2 max)



سرعت ریکاوری و بهبود بعد از تمرین (فواصل مناسب بین تمرینات ورزشی)



مکملهای ورزشی مورد نیاز





سوخت و ساز انرژی در عضله (چربیسوزی حین ورزش و بهبود آن)



احتمال آسیب به تاندون و رباطها



جریان خون در عضلات



احتمال آسیب به غضروفهای مفصلی



سوخترسانی به عضله (خستگی حین تمرین و کاهش آن)

پارامترهای بالا با آزمایش ژنتیک و بررسی ۲۲ ژن تعیین میشود