

HRVvital Analyse Übersicht



AUTONOM HEALTH
Herzratenvariabilität

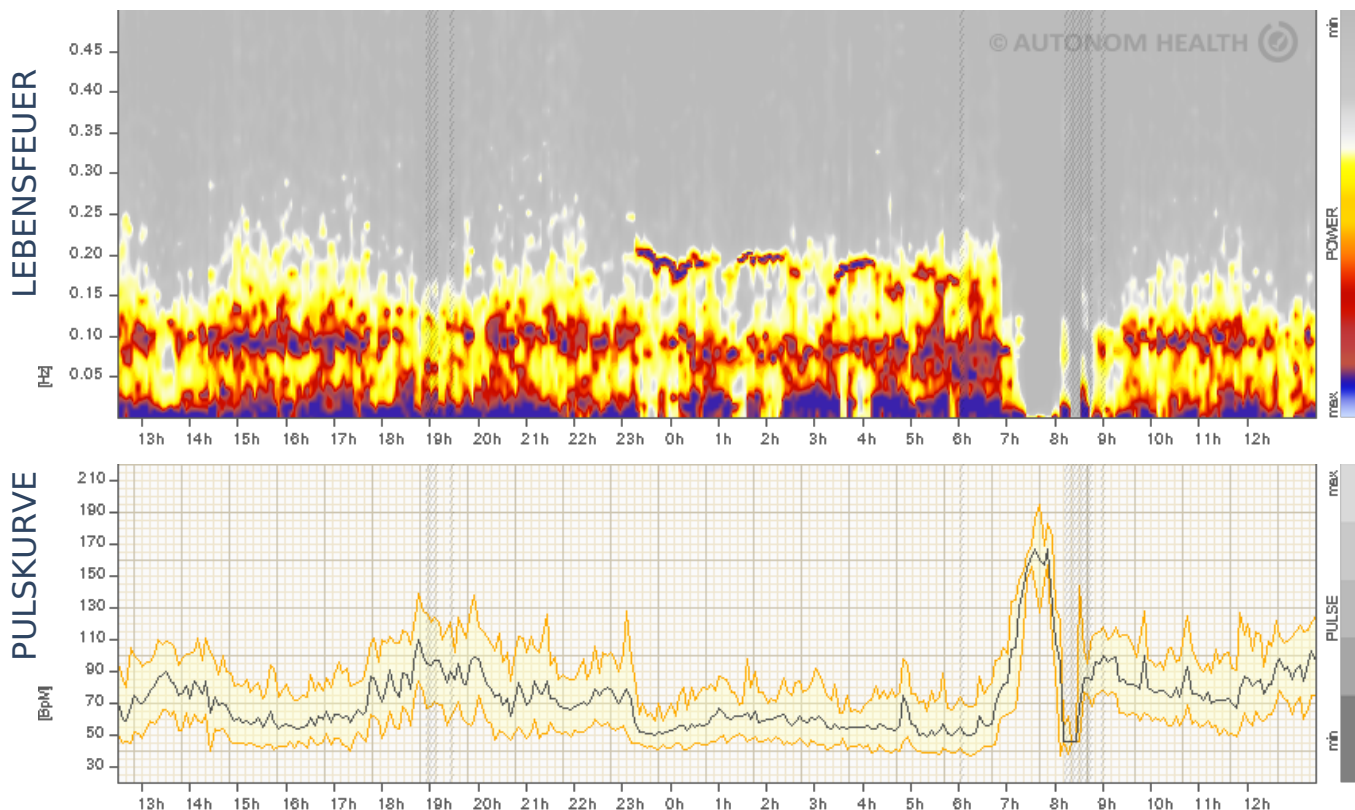
stark auf allen Ebenen ♂

24.09.1970

Messdauer 24:55 Stunden

Start: 18.02.2011 ⌚ 12:31

Ende: 19.02.2011 ⌚ 13:27



Daten der Analyse

General Vitality Index	761	Total Power	10.424 msec ²
Minimale Herzrate	38 BpM	Mittlere HR gesamt	66 BpM
Maximale Herzrate	186 BpM	ULF	690 msec ² (6,62%)
Anzahl Herzschläge in 24h	97.820	pNN50	26 %
VLF	3.445 msec ² (33,05%)	SDNN	242 msec
LF	4.984 msec ² (47,82%)	RMSSD	65 msec
HF	1.305 msec ² (12,52%)	Aktuelles Biologisches Alter	20 Jahre

Trend Aktuelles Biologisches Alter

↓ Ihr Biologisches Alter ist niedriger als Ihr kalendarisches Alter.

Impuls

Ihre Vitalität, Ihre Reserven und Ihr Leistungsvermögen profitieren von Aktivierung! Bewahren Sie Ihre regelmäßigen Bewegungs- bzw. Sporteinheiten - es tut Ihnen gut!
Sie können es sich leisten, Körper und Geist herauszufordern. Sie verfügen über die Ressourcen zum Erfolg. Volle Leistung, im regelmäßigen Wechsel mit optimaler Regeneration und alle Türen im Leben stehen offen.



Aktivierung