



Pakiet badań mobilnych ośrodka Fizjo Factory Chorzów na platformie Gamma obejmuje trzy testy, dzięki którym terapeuta jest w stanie prognozować ryzyko urazu. W oparciu o wynik testów możliwe jest również zaprogramowanie treningu wyrównawczego, lub skierowanie zawodnika na bardziej obszerną diagnostykę.

- 1) Testy stabilności - mają na celu ocenić położenie i drogę środka ciężkości podczas stania, oraz obciążenie kończyn. W tym teście wyróżniamy wariant obunóż i jedno nóż (w testach jedno nóż oceniamy tylko położenie i drogę środka ciężkości)
- 2) Przysiad w tempie 5-5-5 - ma na celu ocenę symetrii kończyn podczas trzech faz ćwiczenia -> ekscentrycznej, izometrycznej i koncentrycznej, gdzie każda trwa po 5 sekund.
- 3) Countermovement Jump - ma na celu ocenę symetrii kończyn w ruchu dynamicznym - tzn. skoku. Oceniamy fazy: odbicia i lądowania.

W diagnostyce Gamma oceniamy badanego w trzech różnych warunkach pracy, co daje konkretną informację z czym może mieć problem podczas aktywności sportowej.

Różnicowanie wariantów testu jest zgodne z domeną "nie będziesz dobrze biegał lub skakał, jeśli nie potrafisz dobrze stać".