



# SERVICIOS DE MEDICINA DEPORTIVA 2018



**CUSTOM4.US**



**ASFEBE**

*Bizkaiko Kirol  
Federakundeen Elkarte  
Asociación de Federaciones  
Deportivas de Bizkaia*



**MÁS INFORMACIÓN:**

Email:

[kirolmedikuntza@asfedebi.eus](mailto:kirolmedikuntza@asfedebi.eus)

Tel: 94 441 09 04

<https://citas.asfedebi.eus>

www.custom4.us

# RECONOCIMIENTOS Y PRUEBAS DE ESFUERZO

## BÁSICOS 19€

- Válidos para obtención de licencia federativa o deporte escolar. **Duración:** 15´
- Pruebas que se realizan:  
Auscultación, Anamnesis, Electro basal, Espirometría, Test de ruffier, Otoscopia (Actividades subacuáticas), Revisión óptica (Automovilismo)

## AVANZADOS 55€

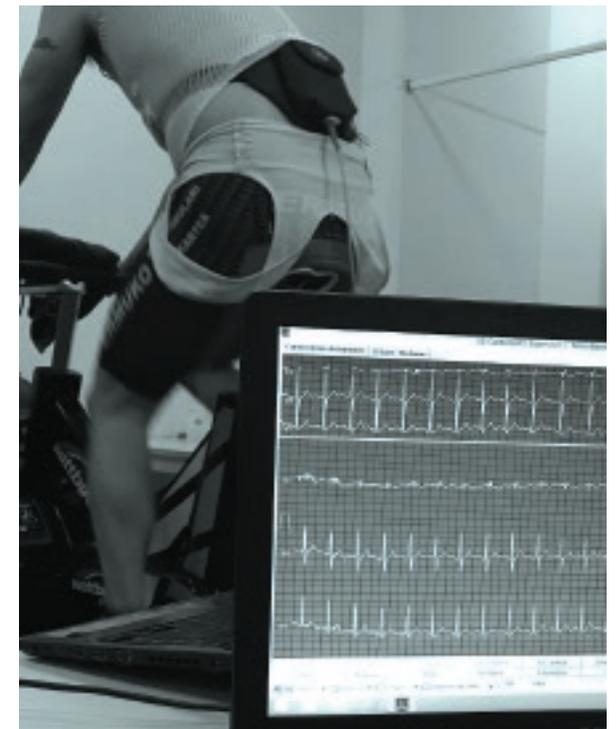
- Para obtención de certificados para pruebas de resistencia y despistaje de cardiopatías, además de obtención de licencia. **Duración:** 30´
- Pruebas que se realizan:  
Auscultación, Anamnesis, Espirometría, Electro basal, Electro en esfuerzo, Prueba de esfuerzo maximal

## ÉLITE 100€

- Además de asegurarse ser capaz de un esfuerzo maximal se determina el estado de forma del deportista para realizar sus entrenamientos. **Duración:** 1h
- Pruebas que se realizan:  
Determinación de ritmos de entrenamiento basados en frecuencia cardiaca maximal  
Monitorización cardiaca en reposo y en esfuerzo maximal. Despistaje de patologías cardiacas en esfuerzo  
Cineantoprometría: medición de pliegues grasos

## ÉLITE´-LÁCTICO 180€

- Destinado a deportistas con entrenamientos reglados, que tienen un objetivo deportivo claro, que quieren mejorar marca, que compiten... **Duración:** 2h
- Pruebas que se realizan:  
Determinación de ritmos de entrenamiento basados en medición de ácido láctico.  
Monitorización cardiaca en reposo y en esfuerzo maximal. Despistaje de patologías cardiacas en esfuerzo  
Cineantoprometría: medición de pliegues grasos.  
Informe con predicción de marcas y claves de mejora.



# ¿QUÉ ES CUSTOM4.US?

- Es la marca comercial que utiliza la empresa Biomecánica y Ergonomía SL
- Su ámbito de trabajo es la eficiencia deportiva: medicina, biomecánica, fisiología, nutrición, activación, innovación...
- Está ubicada en Kirol Etxea, junto a todas las federaciones deportivas de Bizkaia

## EXPERIENCIA

- Custom4.us realiza los reconocimientos médicos de Asfedebi (>6.000 anuales)
- Custom4.us gestiona la preparación física de Bomberos y Policía Municipal del Ayuntamiento de Bilbao.
- Realiza pruebas de esfuerzo habituales de equipos profesionales de ciclismo.



**CUSTOM4.US**

# Otros servicios de CUSTOM4.US



## BIOMECÁNICA

### CICLISMO

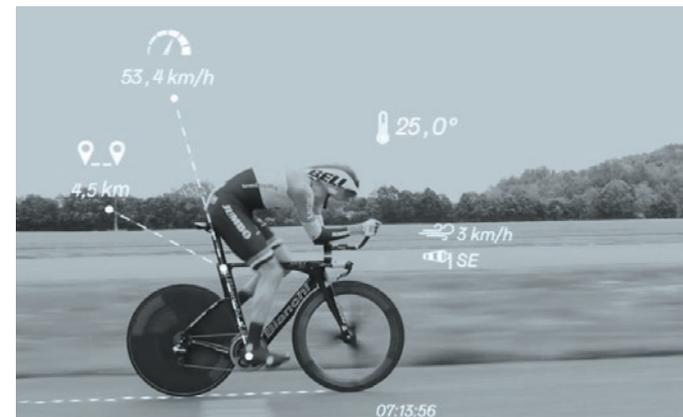
Determinación de origen de lesiones.  
Corrección de medidas.  
Reeducación de técnica de pedaleo.  
Soluciones únicas y a medida: zapatillas a medida,  
sillines, bicicletas a medida...

### RUNNING

Determinación de origen de lesiones.  
Reprogramación de técnica de carrera.  
Elección de calzado adecuado a cada corredor.

## Preparación física

Presencial, no a distancia.  
Planificación según objetivos.  
Control y diagnóstico de los progresos.  
Acompañamiento en el entrenamiento.



# Precios de reconocimientos básicos

Precio individual de reconocimientos médicos básicos: 19€

\*Mínimo de grupo en Kirol Etxea: 10 personas

\*Mínimo de grupo para unidad móvil: 20 personas

\*Precio por reconocimiento. Impuestos incluidos

## PRECIOS PARA GRUPOS

| GRUPOS EN KIROL ETXEA |                | GRUPOS EN UNIDAD MOVIL |      |
|-----------------------|----------------|------------------------|------|
| 10-19 personas        | 17 € 1 hora    |                        | -    |
| 20-39 personas        | 15 € 2-4 Horas | 20-30 personas         | 18 € |
| 40-59 personas        | 13 € 4 horas   | 40-59 personas         | 17 € |
| 60 personas           | 6 horas        | 60 personas            | 15 € |