

# Gezieltes Training

Institut für Prävention  
und Sportmedizin (IPS)

**sv.** „Die Laktat-Leistungsdiagnostik von und mit Dr. med. Frank Möckel ist mit das Beste, was Regensburg Spitzensportlern zu bieten hat“, betont die Leichtathletin Corinna Harrer nach ihrer neuen deutschen Jahresbestleistung über 1500 Meter. Sie setze seit Jahren auf diese Diagnostik, weil sie optimal helfe, gezielt zu trainieren und sich effektiv auf einen Wettkampf vorzubereiten. Und weil mit Dr. Möckel und seinem Institut für Prävention und Sportmedizin (IPS) eine Einrichtung zur Verfügung stehe, die die gewonnenen Daten auch richtig interpretieren kann. Diese sportmedizinische



**Corinna Harrer**

Foto: Kiefner Sportfoto

Untersuchung steht auch allen Freizeitsportlern zur Verfügung, die ihr Training optimieren und ihre Wettkampfzeiten verbessern möchten.