



**OULUN DIAKONISSALAITOS**

[www.odl.fi](http://www.odl.fi)

Oulun Liikuntalääketieteellinen Klinikka

Lisätietoja ja ajanvaraus puh. (08) 313 2154

Fax (08) 371 855

Kajaaninkatu 17, 90100 Oulu

E-mail: [liikuntaklinikka@odl.fi](mailto:liikuntaklinikka@odl.fi)

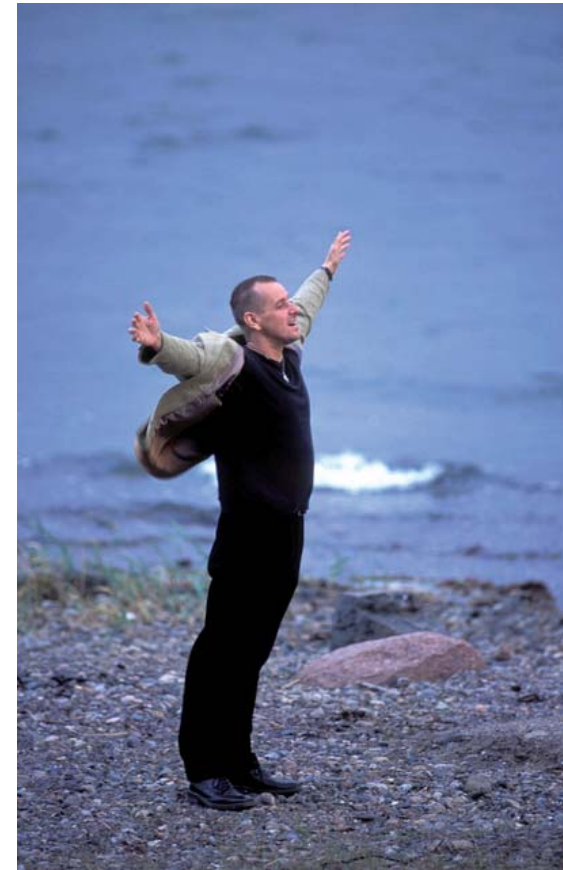


ISO 9001  
ISO 14001

27.12.2011

**ODL**  
parantaa elämää

## Miehestä mittaa



**ODL** LIIKUNTAKLINIKKA

[www.odl.fi](http://www.odl.fi)

## NYT OTETAAN MIEHESTÄ MITTAA

---

Kuntotestipysäkillä miehet saavat tietoa omasta kunnostaan ja opastusta terveellisemmän ja liikunnallisemman elämäntavan alkuun.

Kuntokooste sisältää palautteen kehonkoostumuksesta, lihas- ja kestävyyskunnosta sekä terveystekijöistä.

Tilaa testipysäkki työpaikalle tai esimerkiksi virkistyspäivän yhteyteen.

## TESTIPYSÄKIN MITTAUKSET

---

- Pituus, paino, painoindeksi
- Vyötärön ympärysmitta
- Rasvaprosentti
- Puristusvoimatesti
- OwnIndex-kuntotesti
- Verensokeri, diabetesriskitesti
- Muut mahdolliset mittaukset esim. häkämittaus