

Lietuvos sporto universiteto mokslo padalinių teikiamų paslaugų kainos

Vieno asmens tyrimai, treniruotės, programų sudarymas, reabilitacijos procedūros

Eil. nr.	Paslaugos pavadinimas	Paslaugos trukmė (min.)	Kaina be PVM (Eur)	PVM (Eur)	Kaina su PVM (Eur)
1.	<p>Kompleksinis funkcinis raumenyno įvertinimas (<i>kineziterapeuto testai</i>)</p> <p>Paskirtis. Ši metodika parodo pirminių judesių ribotumą, asimetrijas, raumenų jėgos, lankstumo, koordinacijos, judesio amplitudės, pusiausvyros ir propriocepcijos sąsajas. Pagal gautus testo rezultatus parenkami pratimai, gerinantys judėjimo funkciją.</p> <p>Rodikliai. Atliekama standartizuota viso kūno judesių analizė, kurios metu paciento būklė vertinama balais. Kiekvieno judesio kokybei įvertinti skiriama 1, 2 arba 3 balai. Pagal surinktą balų skaičių FMS testo metu specialistas nustato judėjimo ir atramos sistemos sutrikimus ar šios sistemos veiklą ribojančius veiksnius.</p> <p>Privalumai. Šiuo testu galima nustatyti traumų rizikos veiksnius: nepakankamą judumą ir stabilumą, priešingų kūno pusių simetrijos nebuvimą, judesių ribotumą. Testas skirtas fiziškai aktyviems asmenims, pastaruoju metu nepatyrusiems traumų ar kitų pažeidimų, sukeliančių skausmą.</p>	60	28,93	6,08	35,00
2.	<p>Liemens raumenų grupių pajėgumo testavimas</p> <p>Paskirtis. Prietaisu patikimai nustatomas liemens raumenų grupių disbalansas. Tyrimo rezultatai aktualūs skirtingo amžiaus ir parengtumo asmenims bei profesionaliems sportininkams, kurių liemens raumenims tenka ypač didelis krūvis. Prietaisas taip pat gali būti naudojamas treniruotėms ir reabilitacijai po traumų.</p> <p>Rodikliai: tiesiamųjų ir lenkiamųjų, agonistų ir antagonistų raumenų jėgos santykis tiesiant ir lenkiant liemenį, didžiausioji ir vidutinė jėgos momento reikšmė, jėgos išvystymo greitis, raumenų grupių jėgos simetriškumo indeksas, galingumas.</p> <p>Privalumai. Prietaisas leidžia testuoti nugaros, pilvo ir klubo raumenis, juosmens ir kryžmens judesius. Pratimus galima atlikti pusiau sėdint, sėdint normalioje padėtyje. Atliekant pratimus ir testuojant taikomi izokinetinis ir izometrinis režimai.</p>	30	16,53	3,47	20,00
3.	<p>Kojų raumenų pajėgumo nustatymas</p>	30	24,79	5,21	30,00

Eil. nr.	Paslaugos pavadinimas	Paslaugos trukmė (min.)	Kaina be PVM (Eur)	PVM (Eur)	Kaina su PVM (Eur)
	<p>Paskirtis. Prietaisas patikimai ir saugiai nustato atskirų grupių raumenų jėgą, jėgos išvermę bei pusiausvyrą. Tyrimo rezultatai yra aktualūs skirtingo amžiaus ir parengtumo asmenims bei profesionaliems sportininkams, siekiantiems didesnio fizinio pajėgumo ir norintiems išvengti traumų. Prietaisas taip pat gali būti naudojamas treniruotėms ir reabilitacijai po traumų.</p> <p>Rodikliai: jėgos išvystymo greitis, sukimo momentas, nuovargis atlikus darbą, galingumas.</p> <p>Privalumai. Įvairūs tvirtinimo priedai leidžia testuoti peties tiesimą ir lenkimą, abdukciją ir adukciją, išorinį ir vidinį sukimą sėdint neutralioje padėtyje, alkūnės tiesimą ir lenkimą, dilbio supinaciją ir pronaciją, riešo tiesimą ir lenkimą. Atliekant pratimus ir testuojant galimi izokinetiniai, pasyvūs, izometriniai, izotoniniai ir reaktyvūs ekscentriniai judesiai. Raumenų jėgą galima testuoti judesius atliekant skirtingu greičiu.</p>				
4.	<p>Kojų raumenų jėgos ir pusiausvyros nustatymas (Biodex dinamometras)</p> <p>Paskirtis. Biodex sistema patikimai ir saugiai nustato atskirų grupių raumenų jėgą, jėgos išvermę bei pusiausvyrą. Tyrimo rezultatai yra aktualūs skirtingo amžiaus ir parengtumo asmenims bei profesionaliems sportininkams, siekiantiems didesnio fizinio pajėgumo ir norintiems išvengti traumų. Prietaisas taip pat gali būti naudojamas treniruotėms ir reabilitacijai po traumų.</p> <p>Rodikliai: didžiausioji ir vidutinė jėgos momento reikšmė, jėgos išvystymo greitis, raumenų grupių jėgos simetriškumo indeksas.</p> <p>Privalumai. Įvairūs kojų ir kitų kūno dalių tvirtinimo priedai leidžia testuoti kelio, čiurnos, klubo, peties, alkūnės, riešo sąnarių judesius. Atliekant pratimus ir testuojant galimi izokinetiniai, pasyvūs, izometriniai, izotoniniai ir reaktyvūs ekscentriniai judesiai. Raumenų jėgą galima testuoti judesius atliekant skirtingu greičiu.</p>	30	24,79	5,21	30,00
5.	<p>Kojų raumenų galingumo nustatymas naudojant vertikalią šuolių matavimo platformą</p> <p>Paskirtis. Stebėti ir matuoti sportininkų kojų raumenų susitraukimo galingumą įvairių vertikalių šuolių metu (vertikalus šuolis mojanč rankomis, nemojanč rankomis ir kt.). Vertikalaus šuolio aukštis yra laikomas svarbiu atletų funkcinio rodiklio, ypač komandinėse sporto šakose.</p> <p>Rodikliai: šuolio aukštis, galingumas, atramos trukmė, lėkimo trukmė, šuolių serijos.</p> <p>Privalumai. Testo metu taikoma „Optojump Next“ sistema yra šiuolaikiška, mobili, leidžia esamomis sąlygomis nustatyti sportininkų galingumo rodiklius ir sekti jų kaitą.</p>	30	12,40	2,60	15,00

Eil. nr.	Paslaugos pavadinimas	Paslaugos trukmė (min.)	Kaina be PVM (Eur)	PVM (Eur)	Kaina su PVM (Eur)
6.	<p>Reaktyviojo vikrumo nustatymas (<i>Fitlight</i>)</p> <p>Paskirtis. Testas leidžia nustatyti sportininko gebėjimą keisti judėjimo kryptį reaguojant į atsitiktinį dirgiklį. Reaktyvusis vikrumas pasireiškia tada, kai sportininkui reikia reaguoti į netikėtus varžovo judesius, kamuolio padėties ar skriejimo trajektorijos pasikeitimą. Tokie judesiai nėra iš anksto suplanuoti, jie vyksta spontaniškai. Tai ypač svarbu žaidimų ir dvikovos sporto šakų atstovams.</p> <p>Rodikliai. Testo trukmė lyginama su standartais.</p> <p>Privalumai. Testo metu taikoma „Witty SEM“ sistema yra šiuolaikiškiausias sprendimas esamomis sąlygomis patikimai nustatyti vikrumą ir reaktyvųjų vikrumą. Testus galima pritaikyti atsižvelgiant į sporto šakos specifiką: pasirinkti atstumą, kryptį, signalo trukmę. Gali būti atliekami ne tik apatinės bet ir viršutinės kūno dalies testavimai.</p>	30	12,40	2,60	15,00
7.	<p>Vikrumo nustatymas (<i>fotojutikliai</i>)</p> <p>Paskirtis. Testavimas leidžia įvertinti gebėjimą keisti judėjimo kryptį pagal iš anksto žinomą judėjimo planą.</p> <p>Rodikliai. Testo trukmė lyginama su standartais.</p> <p>Privalumai. Witty SEM sistema testavimui leidžia pasirinkti vikrumo elementus, atsižvelgiant į sporto šakos specifiką: atstumą, kryptį, signalo trukmę. Gali būti atliekami ne tik apatinės, bet ir viršutinės kūno dalies testavimai.</p>	30	12,40	2,60	15,00
8.	<p>Bėgimo greičio nustatymas</p> <p>Paskirtis. Stebėti ir matuoti sportininkų (trumpųjų nuotolių bėgikų, šuolininkų į tolį, trišuolininkų ir kitų šakų sportininkų) bėgimo greitį.</p> <p>Rodikliai: atramos trukmė, žingsnio ilgis, žingsnio dažnis, bėgimo (ėjimo) greitis, nuotolio įveikimo laikas.</p> <p>Privalumai. Testo metu taikoma „Optojump Next“ sistema yra šiuolaikiška, mobili, leidžia esamomis sąlygomis nustatyti bėgimo rodiklius (atramos trukmę, žingsnio ilgį, dažnį, bėgimo greitį). Testus galima pritaikyti atsižvelgiant į sporto šakos specifiką (pvz., šuolininkams į tolį prieš atsispyrimo lentelę pakloti kontaktinį takelį). Testo metu taikoma „Witty“ vartų sistema yra šiuolaikiškiausias sprendimas, leidžiantis vieno bėgimo metu išmatuoti kelių nuotolių įveikimo laiką.</p>	20	12,40	2,60	15,00

Eil. nr.	Paslaugos pavadinimas	Paslaugos trukmė (min.)	Kaina be PVM (Eur)	PVM (Eur)	Kaina su PVM (Eur)
9.	<p>Vestibulinės funkcijos ištyrimas Paskirtis – nustatyti vestibulinės funkcijos rodiklius, veikiančius judesių valdymą. Rodikliai: pusiausvyros atgavimo laikas po sukinio į kairę; pusiausvyros atgavimo laikas po sukinio į dešinę; funkcijos asimetrija. Privalumai. Ypač svarbu žaidimų ir dvikovos sporto šakų atstovams – gerina vestibulinės sistemos funkcionalumą.</p>	30	12,40	2,60	15,00
10.	<p>Psichoemocinės būklės ištyrimas ir analizė Paskirtis – nustatyti esamų psichoemocinių savybių išreikštumą. Rodikliai: psichomotorinis tonusas; emocinis labilumas; agresyvumas; nerimo laipsnis. Privalumai. Treneriui svarbi informacija apie sportininko nusiteikimą varžyboms, rekomendacijos, kokias priemones pasirinkti sportininko emocinėms būsenoms valdyti treniruotės metu.</p>	30	12,40	2,60	15,00
11.	<p>Trumpalaikės atminties nustatymas (ANAM baterija) Paskirtis. Automatizuotas neuropsichologinių kompiuterinių tyrimų rinkinys (ANAM-4) patikimai nustato pažinimo funkcijų kaitą. Atmintis yra svarbi priimant sprendimus, siekiant sutelkti dėmesį, mokytis, įgyti naujų įgūdžių. Ji yra svarbi ne tik kasdienėje veikloje, bet ir sporto, sveikatinimo srityse, klinikinėje praktikoje. Rodikliai: tikslumas, reakcijos greitis, užduoties atlikimo kokybė.</p>	30	12,40	2,60	15,00

Eil. nr.	Paslaugos pavadinimas	Paslaugos trukmė (min.)	Kaina be PVM (Eur)	PVM (Eur)	Kaina su PVM (Eur)
	Privalumai: ANAM-4 testai leidžia nustatyti darbinę ir erdvinę atmintį. Baterija yra portatyvi, tad testavimus galima atlikti už universiteto ribų.				
12.	<p>Dėmesio nustatymas (ANAM baterija)</p> <p>Paskirtis. Automatizuotas neuropsichologinių kompiuterinių tyrimų rinkinys (ANAM-4) patikimai nustato pažinimo funkcijų kaitą. Dėmesys yra svarbus siekiant susitelkti į užduotis, lavinant atmintį ir mokantis. Dėmesys svarbus ne tik kasdienėje veikloje, bet ir sporto, sveikatinimo srityse, klinikinėje praktikoje.</p> <p>Rodikliai: tikslumas, reakcijos greitis, užduoties atlikimo kokybė.</p> <p>Privalumai: ANAM-4 testai leidžia nustatyti dėmesio sutelktumą ir jo paskirstymą kelioms užduotims. Baterija yra portatyvi, tad testavimus galima atlikti už universiteto ribų.</p>	30	12,40	2,60	15,00
13.	<p>CNS jaudinimo ir slopinimo procesų pusiausvyros tyrimas (<i>elektroencefalografija</i>)</p> <p>Paskirtis. Elektroencefalografija (EEG) yra saugus neinvazinis metodas, leidžiantis užregistruoti žmogaus smegenų žievės elektrinį aktyvumą. Atliekant nesudėtingus kognityvinius testus, EEG užrašymo metu aptinkami procesai, vykstantys smegenyse atpažįstant, įsimenant ir apdorojant įvairią informaciją.</p> <p>Rodikliai: galvos smegenų sukelti potencialai; latencija – laikas, per kurį įvyksta tam tikras procesas; amplitudė – kiek smegenų išteklių išsekvojama tam tikram procesui.</p> <p>Privalumai: visiškai saugus neinvazinis metodas, kuriuo galima nustatyti procesus, vykstančius smegenyse.</p>	20	20,66	4,34	25,00
14.	<p>Anaerobinio darbingumo tyrimas (<i>Vingeito testas</i>). Trukmė – 5–10 min.</p> <p>Paskirtis. Vingeito testu išmatuojamas kojų raumenų galingumas ir atsparumas nuovargiui. 30 sekundžių testas atliekamas didžiausiomis pastangomis minant dviračio pedalus, esant vidutiniam pasipriešinimui (parenkama pagal tiriamojo kūno svorį).</p> <p>Rodikliai: didžiausias ir vidutinis išvystomas galingumas, nuovargio indeksas, maksimali laktato koncentracija kraujyje, širdies susitraukimų dažnis.</p> <p>Privalumai. Galimi įvairūs testo variantai, pvz., pasipriešinimo (jėgos komponento) keitimas nustatant individualius raumenų jėgos ir susitraukimo greičio parametrus išvystomam galingumui;</p>	45	12,40	2,60	15,00

Eil. nr.	Paslaugos pavadinimas	Paslaugos trukmė (min.)	Kaina be PVM (Eur)	PVM (Eur)	Kaina su PVM (Eur)
	60 sekundžių testas; kartotinis testas, testas rankomis. Galima netiesiogiai nustatyti raumeninių skaidulų kompoziciją (ypač bėgant $n \times 5$ sek. sprinto nuotolius, keičiant pasipriešinimą, atliekant 60 sek. testą ar kas kelias minutes kartojant 30 sek. testą). Standartinės sąlygos užtikrina rezultatų patikimumą, anaerobinio darbingumo pokyčių tikslumą. Testas paprastai trunka iki 10 min., rezultatai pateikiami iš karto po testo.				
15.	<p>Širdies EKG registravimas, analizė, vertinimas (<i>dozuoto krūvio testas</i>)</p> <p>Paskirtis – nustatyti širdies kraujagyslių sistemos (ŠKS) parengtumą ir reakciją į dozuoto ar maksimalaus krūvio testus.</p> <p>Rodikliai:</p> <p>ŠSD reikšmės ir jų kaita krūvio ir atsigavimo metu;</p> <p>EKG JT intervalo reikšmės ir jų kaita krūvio ir atsigavimo metu;</p> <p>EKG ST-segmento depresija krūvio ir atsigavimo metu;</p> <p>AKS reikšmės ir jų kaita krūvio ir atsigavimo metu;</p> <p>adaptacijos greitis;</p> <p>rodiklių atsigavimo pusperiodžiai, jų seka;</p> <p>kompleksiškumo įverčiai.</p> <p>Privalumai:</p> <p>ŠKS funkcinė būseną yra gyvybiškai svarbi reikšmingiausia organizmo funkcinė sistema, užtikrinanti sportininko darbingumą, gebėjimą treniruotis didelio intensyvumo ir apimties fiziniais krūviais.</p>	30	28,93	6,08	35,00
16.	<p>Maksimalaus deguonies suvartojimo, anaerobinės apykaitos slenksčių ir aerobinio krūvio intensyvumo zonų nustatymas (<i>dujų analizatorius</i>)</p> <p>Paskirtis. Atliekant įvairius krūvius, dujų analizatoriumi patikimai ir saugiai nustatomas maksimalus deguonies suvartojimas, maksimalus širdies susitraukimų dažnis, aerobinės apykaitos slenksčiai, tiksliai nustatomos treniravimo intensyvumo zonos. Testas skirtas visiems, norintiems pasiekti užsibrėžtų tikslų sporte ir sveikatinimo srityje. Tyrimo rezultatai yra aktualūs skirtingo amžiaus ir parengtumo asmenims bei profesionaliems sportininkams, siekiantiems pagerinti širdies kraujagyslių ir kvėpavimo funkcijų pajėgumą.</p>	60	66,12	13,89	80,00

Eil. nr.	Paslaugos pavadinimas	Paslaugos trukmė (min.)	Kaina be PVM (Eur)	PVM (Eur)	Kaina su PVM (Eur)
	<p>Rodikliai: maksimalus deguonies suvartojimas, aerobiniai apykaitos slenksčiai, širdies susitraukimų dažnis, intensyvumo zonos, kūno kompozicija, laktato koncentracija.</p> <p>Privalumai. Tai vienas iš inovatyviausių metodų, leidžiančių nustatyti aerobinį pajėgumą, kryptingai ir tikslingai dozuoti fizinį krūvį, stebėti pažangą treniruočių metu. Atsižvelgiant į sportininko specializaciją, testo metu naudojami skirtingi prietaisai, t. y. dviratis arba bėgtakis.</p>				
17.	<p>GPS technologija paremtas komandinių šakų sportininkų testavimas („<i>Catapult</i>“ sistema)</p> <p>Paskirtis. GPS technologija paremtas komandinių šakų sportininkų testavimas yra taikomas sportininkų patiriamam fiziniam krūviui, krūvio intensyvumui bei atskiriems judėjimo rodikliams matuoti, atliekamų judesių pagreičio pokyčius registruojant frontoliojoje, sagitaliojoje ir transversaliojoje plokštumose. <i>Catapult</i> sistemą patariama naudoti skirtingo amžiaus bei meistriškumo komandoms, siekiant pagerinti žaidėjų fizinį parengtumą, užtikrinti gerą sportininkų sveikatą, gerinti sportinius rezultatus. Sistema gali būti naudojama viso treniruočių proceso metu: per treniruotes, rungtynes, reabilitacijos po traumų metu.</p> <p>Rodikliai: patirtas fizinis krūvis (PlayerLoadTM), santykinis fizinio krūvio intensyvumas (PlayerLoadTM per minute), įveiktas atstumas, judėjimo greitis, pagreičio pokyčiai, atlikti šuoliai ir krypties keitimai, galimybė visus rodiklius stebėti norimo intensyvumo arba kiekybiniais intervalais.</p> <p>Privalumai. Fizinio krūvio nustatymas leidžia parinkti optimalų treniruočių krūvį, padeda išvengti persitreniravimo, sumažina minkštųjų audinių traumų tikimybę. <i>Catapult</i> sistema yra neinvazinė tyrimo metodika, leidžianti gerinti sportininkų fizinę būklę, sveikatingumą ir sportinius rezultatus, netrukdam komandos treniruočių procesui ir neatliekant jokių medicininių procedūrų.</p>	viena sesija 120–180	107,44	22,56	130,00
18.	Konsultacijos ir rekomendacijos	45	16,53	3,47	20,00