



Omniyou: personalised fitness op DNA-niveau

DNA-ANALYSE BIEDT INNOVATIEVE MOGELIJKHEDEN VOOR PERSOONLIJKE BEGELEIDING

Ieder mens is anders en bezit unieke eigenschappen. Als sportschoolhouder en personal trainer moet je daar rekening mee houden tijdens de begeleiding van klanten. Maar lang niet altijd is voor iedereen duidelijk op welke manier zijn lichaam is opgebouwd en welke manier van sporten en eten daar het beste bij past. Omniyou biedt nu wetenschappelijk inzicht voor next-level persoonlijke begeleiding.

Persoonlijke trainingsschema's worden opgesteld aan de hand van de kennis en ervaring van de trainer en op basis van de input van de klant. Helaas leidt dit niet altijd tot het gewenste effect en kost het veel tijd om uit te vinden wat precies past bij het lichaam van de klant. Inzicht in de genetische basis kan uitkomst bieden, want genen bepalen de persoonlijk aanleg. Of in het geval van sport: het talent.

DNA-analyse

Omniyou is onderdeel van Omnigen, dat onder andere in samenwerking met universiteiten, onderzoek doet naar de genetische basis voor de effectiviteit van geneesmiddelen. Het Nederlandse bedrijf met wetenschappelijke professionals in de

(bio)informatica en medische biologie, zet genetische kennis om in begrijpelijke en toepasbare adviezen. Deze expertise over genetica wordt nu ingezet binnen de fitnessbranche. Omniyou biedt sportscholen en (personal) trainers een innovatieve methode bij het ontwikkelen van individuele begeleidingsplannen voor de klant, die persoonlijker is dan een trainer tot nu toe heeft kunnen bieden.

"Met een DNA-analyse krijgen trainers inzicht in de persoonlijke eigenschappen van de klant. Je krijgt de genetische blauwdruk van iemand in handen. Veel mensen weten vanuit ervaring waar ze in grote lijnen aanleg voor hebben of niet, maar een DNA-profiel biedt juist informatie over eigen-

schappen die je niet zo gemakkelijk kunt zien. Deze kennis biedt de persoon én zijn of haar trainer de mogelijkheid meer winst te boeken met de trainingen", aldus Scientific Researcher bij Omniyou, Lody de Groot.

"Voor een DNA-analyse ontvangen klanten een zelftest waarmee ze gemakkelijk een wangslimvlies-sample kunnen nemen. Het laboratorium bepaalt de genetische code en wij vertalen deze data naar duidelijke, begrijpelijke en toepasbare informatie, overzichtelijk weergegeven in een online portal, waar de klant en eventueel de trainer op kan inloggen. Voor de fitnessbranche zijn eigenschappen op het gebied van sport en voeding het belangrijkste, maar we bieden ook informatie over de genetische aanleg van bijvoorbeeld stress en slaap. Het DNA-rapport legt op een laagdrempelige manier de genetische aanleg voor verschillende eigenschappen uit en biedt handvatten om dit inzicht in de praktijk toe te passen. Ook biedt Omniyou trainers begeleiding bij de vertaling van genetica naar trainingsschema", zegt De Groot.

"Een concreet voorbeeld: een hoge zuurstofopname, ook wel VO2max, is voor duursporters erg belangrijk. Een genetische aanleg voor een relatief lage VO2max kan aanleiding zijn om bij de training te focussen het verhogen van de lactaatsdrempel. Deze focus kan voor deze sporter mogelijk meer prestatieverbetering teweeg brengen dan standaard VO2max-training. Op deze manier geeft DNA-analyse een inkijkje in de aanleg voor eigenschappen die anders alleen door trial-and-error kunnen worden gevonden. Een DNA-profiel is dan ook een uitstekend uitgangspunt voor een optimaal en persoonlijker trainingsschema", besluit De Groot.

Privacy gewaarborgd

Privacy staat bij Omniyou hoog in het vaandel. De beveiliging van data wordt gewaarborgd. Het DNA-sample en de DNA-data blijft in Nederland en na de analyse wordt het sample vernietigd. De data wordt met behulp van encryptie veilig opgeslagen, de gegevens worden nooit gedeeld of doorverkocht en te allen tijde is er de mogelijkheid om de data te laten verwijderen.

Wil je meer weten over Omniyou en de mogelijkheden om gebruik te maken van DNA-analyse bij jouw klanten? Bezoek de Omniyou-stand op de FitFair 2021, kijk op www.omniyou.nl of neem contact op via: info@omniyou.nl.