



Proband*innen-Newsletter

Teilnehmer*innen für wissenschaftliche Studien gesucht

Köln, 4. Februar 2022

+++ Kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining +++ Mechanoprotektive Mechanismen im Skelettmuskel +++ Reaktionsfähigkeit im Kampfsport und Basketball +++ Körperliches Training bei Brustkrebs +++ Charakterstärken im Sport +++ Self-Tracking mit Alltagsgeräten +++

Kombiniertes Kraft- und Ausdauertraining

Athlet*innen verschiedener Sportarten führen häufig ein gleichzeitiges Kraft- und Ausdauertraining durch, um ihre Leistung zu steigern und Verletzungen vorzubeugen. Das Phänomen „Interference Effects“ beschreibt die verminderten Anpassungseffekte eines simultanen Kraft- und Ausdauertrainings im Vergleich zu den Anpassungen durch ein isoliertes Ausdauer- oder Krafttraining. Für diese Studie werden Proband*innen zwischen 18 und 40 Jahren untersucht.

Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

Mechanoprotektive Mechanismen im Skelettmuskel

Die Abteilung für molekulare und zelluläre Sportmedizin sucht Proband*innen im Alter von 20 bis 40 Jahren für eine Studie zum Skelettmuskel. Kern der Untersuchung ist ein Krafttraining der unteren Extremität, dessen Effekt auf die molekularen und zellulären Mechanismen analysiert wird. Dazu werden unter anderem Muskelbiopsien und Blutentnahmen gemacht.

Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

Reaktionsfähigkeit im Kampfsport und Basketball

In einem Online-Experiment soll untersucht werden, ob sich sportartbezogene Unterschiede in der kognitiven Reizverarbeitung zwischen Kampfsportler*innen und Basketballer*innen feststellen lassen. Gesucht werden Aktive der beiden Sportarten, die 18 Jahre und älter sind. Die Untersuchung ist onlinebasiert und wird von zu Hause aus von einem PC oder Laptop durchgeführt.

Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

Effekte von körperlichem Training auf Fatigue und Lebensqualität

Bisherige wissenschaftliche Untersuchungen deuten darauf hin, dass Sport positive Auswirkungen auf Fatigue, körperliche Fitness und Lebensqualität während und nach der Behandlung von Brustkrebs im Frühstadium hat. Für Brustkrebs im fortgeschrittenen Stadium sind die Informationen bislang unzulänglich. Das

Stabsstelle

Akademische Planung und Steuerung
Academic Management

Presse und Kommunikation

Public Relations and Communication

Am Sportpark Müngersdorf 6
50933 Köln · Deutschland
Telefon +49(0)221 4982-3850
Telefax +49(0)221 4982-8400
presse@dshs-koeln.de
www.dshs-koeln.de

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Sabine Maas (Abteilungsleiterin)
Simone Krautmacher, Julia Neuburg

Detaillierte Informationen
zu den aufgeführten und
vielen weiteren Studien
sowie zu Online-Befragungen
finden Sie unter
<https://www.dshs-koeln.de/studienteilnahme>



Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin und das Brustzentrum des Universitätsklinikums Köln untersuchen im Rahmen dieser Studie die Auswirkungen von einem individualisierten Kraft- und Ausdauertraining auf die Lebensqualität und Fatigue von Erwachsenen mit metastasiertem Brustkrebs (Stadium 4).

Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

Online-Umfrage Charakterstärken im Sport

Welche positiven Persönlichkeitseigenschaften zeichnen Sie aus? Und was haben diese mit sportlicher Leistung zu tun? Diesen Zusammenhang untersucht eine Studie, für die Teilnehmer*innen einer Online-Umfrage gesucht werden. Die Umfrage ist auf Deutsch und Englisch verfügbar und dauert ca. 15 bis 20 Minuten. Teilnehmen können Erwachsene, die sich regelmäßig sportlich betätigen.

Den Link zum Online-Fragebogen finden Sie [hier](#).

Auswirkungen des Self-Trackings mit Alltagsgeräten

Die Arbeitsgruppe Bewegungsbezogene Präventionsforschung sucht berufstätige Erwachsene, die in ihrem Alltag regelmäßig Sport, Bewegung oder allgemeine körperliche Aktivität mit Wearables, Smartwatches oder Smartphones aufzeichnen. Untersucht wird dieses bewegungsbezogene digitale Self-Tracking im Hinblick auf die bewegungsbezogene Gesundheitskompetenz und das Bewegungsverhalten.

Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).
