



Proband*innen-Newsletter

Teilnehmer*innen für wissenschaftliche Studien gesucht

Köln, Dezember 2023

+++ Hochintensives Intervall-Widerstandstraining +++ Training und Stoffwechsel bei Frauen nach der Menopause +++ Bewegungssnacks zur Glukoseregulation +++ Sind Superfoods wirklich gut? +++

Hochintensives Intervall-Widerstandstraining

Das Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin sucht männliche Probanden zwischen 18 und 30 Jahren. Die Studie untersucht die akuten Effekte eines hochintensiven Intervall-Widerstandstrainings im Vergleich zu einem niedrigintensiven Widerstandstraining auf entzündungsvermittelnde Biomarker. Die Probanden sollten grundlegende bis fortgeschrittene Erfahrungen im Widerstandstraining mit freien Gewichten mitbringen.

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

Training und Stoffwechsel bei Frauen nach der Menopause

Das Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin sucht Frauen nach den Wechseljahren im Alter zwischen 45 und 65 Jahren. Die Studie untersucht, wie sich die Einnahme des Spinatextrakts (Ecdysteron) in Kombination mit körperlichem Training auf die sportliche Leistungsfähigkeit und die Stoffwechselprozesse auswirkt. Ziel der Studie ist es herauszufinden, ob die Kombination von Sport und Spinatextrakt den Symptomen der Wechseljahre vorbeugen kann.

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

Bewegungssnacks zur Glukoseregulation

Für eine Studie über den Zusammenhang von Bewegungseinheiten und der Glukoseregulation werden Proband*innen im Alter von 18 bis 70 Jahre gesucht, die erhöhte Blutzuckerwerte haben. Ziel der Studie ist es herauszufinden, wie individuelle Glukosewerte die Bewegungseinheiten beeinflussen. Mit der Studie haben Sie die Möglichkeit, Ihre Glukosewerte auf natürliche Weise zu verbessern.

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

Sind Superfoods wirklich gut?

Das Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin sucht für eine Studie Proband*innen im Alter von 40 bis 70 Jahren. Untersucht wird, ob der Einsatz einer Fruchtsafternährung in Kombination mit Training positive Effekte erzielen kann. Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

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 Ansprechpartner*innen:

Sabine Maas (Abteilungsleiterin)

Julia Neuburg (Redaktion)

Detaillierte Informationen

zu den aufgeführten und vielen weiteren Studien sowie zu Online-Befragungen finden Sie unter

www.dshs-koeln.de/studienteilnahme