



Praktikumsplatz

Hochintensives Training & Gehirnaktivität

Dr. Vera Abeln, Carlos Augusto Allen Puluc, Dr. Daniel Büchel



„Langfristige Effekte von HIIT und HIFT auf die Gehirnfunktion“



Deine Aufgaben

- Planung und Durchführung von **Trainingseinheiten** (Montag bis Freitag, mittags und abends, jeweils ca. 1 Stunde) im Rahmen eines **12-wöchigen HIIT- und HIFT-Programms**.
- Unterstützung bei der Durchführung von **Leistungsdiagnostik** (kardiorespiratorische und muskuläre Kapazität).
- Mitarbeit bei **EEG-, Kognitive-, Spirometrie- und Herzfrequenzmessungen**.
- **Betreuung der Teilnehmenden und Dokumentation der Trainingseinheiten**.



Voraussetzungen

- **Studium der Sportwissenschaft, Bewegungswissenschaft, Trainingswissenschaft oder verwandter Bereiche.**
- **Praktische Erfahrung im Anleiten von Trainingseinheiten** (besonders HIIT/HIFT von Vorteil).
- Interesse an **Neurowissenschaft, Physiologie und kognitiver Leistungsfähigkeit**.
- **Verantwortungsbewusst, teamfähig und engagiert.**



Zeitraum: März bis Juli 2026



Ort: Deutsche Sporthochschule Köln

Betreuung: Dr. Vera Abeln & Carlos Allen (Doktorand)



Bewerbung mit kurzem Lebenslauf und Motivationsschreiben an: carlosallen339@gmail.com

Kontakt

Carlos Allen

Institut Bewegung und Neurowissenschaft – Deutsche Sporthochschule Köln

Am Sportpark Müngersdorf 6 - 50933 Köln

carlosallen339@gmail.com

www.dshs-koeln.de