

Bachelor-/Masterarbeit oder Learning Contract

Messungen @ decade-fit

- Hintergrund und Projektbeschrieb** Die Anpassungen der Muskulatur durch Krafttraining unterscheiden sich von Kindern gegenüber Erwachsenen. Inwiefern vorpubertäre Kinder (7-11j.) mehr Kraft durch neuromuskuläre Aktivierung, Kontraktilität oder Hypertrophie generieren und wie sich die Ermüdungsresistenz nach Krafttraining verändert, wollen wir mit dieser Studie herausfinden.
- Aufgabenbereich** Einarbeitung & Durchführung von Labormessungen mit Kindern. Eine Auswahl der Messmethoden (es empfiehlt sich 1-2 auszuwählen & vertiefen):
- Kraftmessungen (Leg extension am Isomed, Mid-thigh pull, Handkraft)
 - Voluntary Activation Messung (Stimulationen mit magnetischer Spule)
 - Wingate-Test
 - Ultraschallbilder für Muskelarchitektur & -querschnitt
 - Anthropometrie
- Zeitraum** Einarbeitung ab sofort möglich oder nach Absprache
- Umfang** Kann individuell definiert werden je nach Verfügbarkeit und gefordertem Workload
- Themen** Themenschwerpunkte nach Absprache, z.b. möglich:
- Entwicklung der Ermüdungsfähigkeit und -mechanismen
 - Entwicklung der Kraft-Geschwindigkeits-Kurven in Knieextensoren
 - Entwicklung neuronaler Ansteuerung und Muskelgrösse
 - Geschlechterunterschiede
 - Entwicklung in Abhängigkeit biologisches Alter
 - Veränderung Muskelarchitektur und Explosivkraft, Anpassung der Kraftfähigkeiten
 - individuelles Thema



Kontakt:
Romina Ledergerber
(romina.ledergerber@unibas.ch) oder
Ralf Roth (ralf.roth@unibas.ch)
Website: <https://decade-fit.dsbg.unibas.ch/de/>

