



Ausschreibung Learning Contract

Durchführung eines Kraft-/Ausdauertrainings

- Hintergrund:** Körperliches Training ist bei Herzinsuffizienz mit erhaltener Pumpfunktion (HFpEF) eine der wenigen Therapieoptionen. Da die optimale Dosis-Wirkungs-Beziehung bei körperlichem Training mit HFpEF-Patienten unbekannt ist, untersucht die HIT-HF-Studie, ob ein Intervalltraining (kombiniert mit Krafttraining) einem moderaten Ausdauertraining (kombiniert mit Krafttraining) überlegen ist.
- Aufgaben:** Eigenständige Durchführung des Kraft- und Ausdauertrainings mit den Probanden der HIT-HF-Studie.
Die Probanden trainieren drei Mal pro Woche für jeweils ein knappe Stunde nach einem vorgegebenen Protokoll und werden mittels Brustgurt-Sensoren überwacht (Herzfrequenz und 1-Kanal-EKG).
- Zeitraum:** Ab sofort möglich. Momentane Trainingszeiten sind Montag-, Dienstag-, Mittwoch- und Donnerstagvormittag. Mindestens zwei Vormittage sollten abgedeckt werden können.
- Ort:** Cardio-Kraft-Raum 01.020, DSBG-Neubau
- Anforderung:** Zuverlässigkeit, zeitliche Flexibilität, Selbstständigkeit
- Umfang:** Nach Absprache: 1-4 ECTS (30-120 Stunden)
- Kontakt:** Raphael Schoch, raphael.schoch@unibas.ch, Tel: 061 207 61 71