



Learning Contract für das Projekt „now!“

«now!» ist eine kontrollierte Interventionsstudie für Jugendliche (12-14 Jahre alt) mit Übergewicht, die Bewegung in ihr Leben bringen und einen gesünderen Lebensstil entwickeln möchten. Die Wirksamkeit der Intervention wird zu drei Messzeitpunkten mit versch. Messmethoden untersucht. Wir bieten dir die Möglichkeit, **praktische Erfahrungen in leistungsdiagnostischen und leistungsphysiologischen Messmethoden** aus der Bewegungs- und Trainingswissenschaft und der präventiven Sportmedizin zu sammeln und Teil des Projektteams «now!» zu werden!

Aufgaben:

- Einarbeitung in ausgewählte leistungsdiagnostische und leistungsphysiologische Messmethoden nach Interesse: Kraftmessungen (Leg Press am IsoMED, Sprungkraft und Handkraft), Körperzusammensetzung (DEXA), Blutdruck, Spiroergometrie und Spirometrie, EKG
- Durchführung der Messungen mit den Jugendlichen

Profil:

- Interesse an der Leistungsdiagnostik mit Jugendlichen
- Eigenständige und zuverlässige Arbeitsweise in der Einarbeitung in die Messmethoden und Genauigkeit bei der Durchführung der Messungen

Zeitraum:

- LC-Start und Einarbeitung jederzeit nach Absprache möglich
- Messzeitraum von Ende September bis Ende Oktober 2025 und/oder im April 2026
- Die Messungen finden von Montag bis Samstag jeweils vormittags statt.
- Einsatzplan wird nach zeitlicher Verfügbarkeit erstellt

Umfang:

- Die ECTS werden anhand der geleisteten Stunden berechnet (2-5 ECTS möglich).

Kontakt

Lukas Nebiker (lukas.nebiker@unibas.ch)

oder

Manuel Huber (manu.huber@unibas.ch)

