

Projekt zur Bachelorarbeit im BA Angewandte Sportwissenschaft

Modul B18

Titel des Projektes:

Monitoring von Belastung und Beanspruchung im Padel-Training: Ein explorative Datenerhebung»
--

Hintergrund und übergeordnete Forschungsfrage
--

<p>Padel ist eine Trendsportart mit einem hochdynamischen Anforderungsprofil. Neben den schnellkräftigen Schlagbewegungen sorgen intermittierende Be- und Entschleunigungen für eine hochvariable und hochintensive Belastung des Körpers. Während sich die existierende Literatur bislang hauptsächlich mit Daten aus dem Leistungssport befasst, wird die Sportart vor allem im Gesundheits- und Freizeitsport zunehmend relevanter. Um die Vorzüge der Sportart hinsichtlich Gesundheit und Fitness besser zu verstehen, ist somit eine Beobachtung von individuellen Belastungs- und Beanspruchungsprofilen. Ziel dieser Arbeit ist es, durch das Monitoring von Belastung (Bewegungsumfänge, Anzahl intensiver Läufe) und Beanspruchung (Borg-Skala, Herzfrequenz) in Padel-Trainingseinheiten die Anforderungen der Sportart an den Organismus zu quantifizieren.</p>

Methoden

Statistische Auswertung quantitativer Daten

Betreuer

Dr. Daniel Büchel

Kooperationspartner (wenn notwendig)

Kontakt

Daniel.buechel@upb.de

Erforderliche/empfohlene Vorkenntnisse

Literatur zur Orientierung

- | |
|--|
| <p>(1) Sánchez-Alcaraz BJ, Courel-Ibáñez J. The Role of Padel in Improving Physical Fitness and Health Promotion: Progress, Limitations, and Future Perspectives-A Narrative Review. Int J Environ Res Public Health. 2022 May 28;19(11):6582. doi: 10.3390/ijerph19116582. PMID: 35682167; PMCID: PMC9180804.</p> <p>(2) A. Castillo-Rodríguez, J.R. Alvero-Cruz, A. Hernández-Mendo & J.C. Fernández-García (2014) Physical and physiological responses in Paddle Tennis competition, International Journal of Performance Analysis in Sport, 14:2, 524-534, DOI: 10.1080/24748668.2014.11868740</p> |
|--|