Institut für Sportwissenschaft

Humboldt- Universität zu Berlin

# Schwangere Studienteilnehmerinnen gesucht!

Selbst im 21. Jahrhundert sind viele Aspekte der Schwangerschaft noch immer ein Mysterium. Hierzu zählt die Annahme einer erhöhten Verletzungsgefahr infolge eines schwächeren Bindegewebes und Gleichgewichtsinns. Dies ist allerdings nur unzureichend belegt. Dennoch wird aus Angst vor Verletzungen oft völlig auf Sport während der Schwangerschaft verzichtet. Dass sportliche Betätigung das Risiko möglicher Begleiterscheinungen (Bluthochdruck etc.) reduzieren kann, gerät leider oft in den Hintergrund. Um in Zukunft sinnvolle Empfehlungen hinsichtlich physischer Aktivität während der Schwangerschaft geben zu können, ist es von fundamentaler Bedeutung die tatsächliche Veränderung des Gleichgewichts zu bestimmen.

## Wen suchen wir?

**Sportliche** und **unsportliche schwangere Frauen** zwischen 18 – 40 Jahren

## Was erwartet Sie?

- Ein einfacher Gleichgewichtstest auf einer Kraftmessplatte mit und ohne Stützgürtel (Dauer 10 Minuten)
- Ausfüllen eines Fragebogens zu Ihrer körperlichen Aktivität sowie Ihrer Fallhäufigkeit (Dauer 2 – 3 Minuten) während der Messung und 3 Monate nach der Entbindung

Die Gesundheit von Ihnen und Ihrem Kind wird durch diese nicht-invasive Methode **in keiner Weise** gefährdet!

Für **Getränke und Kuchen** während der Messung ist gesorgt ☺!

## Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann kontaktieren Sie uns gerne unter:

**M. Elena Bey**
Department of Training and Movement Sciences
Humboldt-Universität zu Berlin

Philippstr. 13 (Haus 25, Raum 2.07)
10115 Berlin

**marie.elena.bey@hu-berlin.de**
**Tel.: +49 30 209346252**

marie.elena.bey@hu-berlin.de
Tel.: +49 30 209346252
marie.elena.bey@hu-berlin.de
Tel.: +49 30 209346252
marie.elena.bey@hu-berlin.de
Tel.: +49 30 209346252
marie.elena.bey@hu-berlin.de
Tel.: +49 30 209346252
marie.elena.bey@hu-berlin.de
Tel.: +49 30 209346252
marie.elena.bey@hu-berlin.de
Tel.: +49 30 209346252
marie.elena.bey@hu-berlin.de
Tel.: +49 30 209346252