



Proband\*innen-Newsletter

## Teilnehmer\*innen für wissenschaftliche Studien gesucht

Köln, 06. November 2024

---

**+++ Geschlechterklassifizierung +++ Spaziergänge+++ Einsatz von HIIT und HIFT +++ Sport und Depression +++ Smart Wearables +++ VolBias +++**

---

### Geschlechterklassifizierung Sportarten

Für eine Studie zur Klassifizierung von Sportarten als weiblich, männlich oder neutral, sowie zu den Einstellungen zu sozialen Geschlechterrollen sucht das Psychologische Institut Menschen jeden Geschlechts ab 18 Jahren. In der Befragung geht es darum, zunächst 72 Sportarten zu klassifizieren. Anschließend werden persönliche Angaben der Teilnehmenden und deren Wahrnehmung von Männern und Frauen in unserer Gesellschaft abgefragt.

Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

---

### Einfluss von Spaziergängen

Die Deutsche Sporthochschule Köln und die IST-Hochschule in Düsseldorf suchen Menschen mit Diabetes mellitus Typ 2 (nicht insulinpflichtig) im Alter zwischen 25 und 70 Jahren für eine Studie, die den Einfluss von abendlichen Spaziergängen auf die Schlafqualität und den nächtlichen Glukosespiegel untersucht. Die Intervention beinhaltet drei Termine an der Deutschen Sporthochschule und erstreckt sich über einen Zeitraum von drei Wochen, in dem unter anderem die Herzratenvariabilität gemessen und ein Ernährungstagebuch geführt wird. Außerdem werden regelmäßig Fragebögen ausgefüllt sowie in einer Woche einstündige Spaziergänge durchgeführt.

Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

---

### Einsatz von HIIT und HIFT-Training

Das Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft sucht Teilnehmer\*innen zwischen 18 und 39 Jahren für eine Studie, die untersucht, wie HIIT (high-intensity interval training) und HIFT (high-intensity functional training) den Körper und das Gehirn beeinflussen. Ziel der Forschenden ist es herauszufinden, wie man HIFT noch besser in Sport, Fitness und kognitiven Bereichen einsetzen kann. Die Studie ist in eine vierteilige Akut- und eine zwölfwöchige Interventionsstudie aufgeteilt. Eine Teilnahme an beiden Teilstudien ist erwünscht.

Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

---

Stabsstelle Hochschulkommunikation und  
Universitäre Weiterbildung

Presse und Kommunikation  
Public Relations and Communication

Am Sportpark Müngersdorf 6  
50933 Köln · Deutschland  
Telefon +49(0)221 4982-3850  
Telefax +49(0)221 4982-8400  
presse@dshs-koeln.de  
www.dshs-koeln.de

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Lena Overbeck (Abteilungsleiterin)  
Julia Neuburg, David Budinger (Redaktion)



---

### **Körperliche Betätigung bei depressiven Symptomen**

Für eine Studie zum Einfluss von körperlicher Betätigung auf depressive Symptome sucht das Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin Proband\*innen. Um teilnehmen zu können, sollten Sie die folgenden Kriterien erfüllen: leichte bis moderate diagnostizierte Major Depression, keine akuten/ chronisch-körperlichen Komorbiditäten, keine weiteren psychiatrischen Komorbiditäten (Ausnahme: Angst, Zwang), BMI: 18-30 kg/m<sup>2</sup> und eine geringe sportliche Betätigung. Teil der Studie ist eine Leistungsdiagnostik mittels Spiroergometrie sowie ein kostenfreies zehnwöchiges Trainingsprogramm durch professionell ausgebildete Trainer\*innen.

Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

---

### **Umfrage zu Smart Wearables im Sport**

Im Rahmen von zwei EU-geförderten Projekten sollen die Bedürfnisse und Anforderungen an Smart Wearables (z.B. Smart Watches) im Breiten- und Leistungssport erhoben werden. Dazu können Athlet\*innen und Trainer\*innen jeder Altersklasse und jeden Leistungsniveaus an der ca. 5-10-minütigen Befragung teilnehmen und bei der Weiterentwicklung anwendergerechter Wearables unterstützen.

Weitere Infos und den Fragebogen finden Sie [hier](#).

---

### **VolBias – individuelle Unterschiede und Studienteilnahme**

Ein Kooperationsprojekt der Sporthochschule und der Universität zu Köln sucht Teilnehmende mit der Diagnose Depression und gesunde Teilnehmende ab 18 Jahren für eine Umfrage zum Einfluss von individuellen Unterschieden in Gesundheit und Fitness auf die Bereitschaft zur Studienteilnahme. In der zehninütigen Fragebogenstudie werden demografische Daten sowie Daten zu Gesundheitszustand und Aktivitätsverhalten erfragt. Es wird untersucht, wie sich interindividuelle Unterschiede auf die Bereitschaft zur Teilnahme an sporttherapeutischen Interventionsstudien zur Verbesserung des psychischen Befindens auswirken.

Weitere Infos und Kontakt zur Studie finden Sie [hier](#).

---

#### **Detaillierte Informationen**

zu den aufgeführten und vielen weiteren Studien sowie zu Online-Befragungen finden Sie unter

<https://www.dshs-koeln.de/studienteilnahme>