




## Regelmäßig Klettern bis Weihnachten

Im Rahmen meiner anstehenden Masterarbeit im Fach *Sportwissenschaften* möchte ich untersuchen, ob positive Effekte durch den Klettersport bei MS nachweisbar sind.

- 
- Was:** Klettern – mit Seilsicherung – in den Kletterhallen des Hochschulsports  
**Zeitraum:** 2. Oktober – 8. Dezember 2017  
**Wie oft:** 1x wöchentlich à 2 Std. / (10 Termine)  
**Wann:** jeden Tag (Mo – Fr) von 16 – 18 Uhr  
**Kosten:** kostenlos, alle Materialien werden zur Verfügung gestellt
- 

Es ist mir wichtig zu betonen, dass sich das Angebot auch an Personen richtet, die noch keinen Kontakt mit der Sportart Klettern gehabt haben. Auch ist es nicht entscheidend, ob sie zu Fuß unterwegs, oder auf eine Gehhilfe angewiesen sind.

Da das Angebot unter Berücksichtigung wissenschaftlicher Standards gestaltet wird, werden zwei Fragebögen und zwei motorische Tests zu absolvieren sein. Diese Tests/Fragebögen erfordern nicht viel Zeit!



Für diejenigen, die das Angebot spannend finden, aber – aus welchen Gründen auch immer – nicht am Programm teilnehmen können, besteht die Möglichkeit einer **Kontrollgruppe** anzugehören. Teilnehmer der Kontrollgruppe füllen lediglich Fragebögen aus und absolvieren motorische Tests. Die Teilnahme an einer Kontrollgruppe ist sehr wichtig für die Durchführung des Angebots!

Für Nachfragen und weitere Details stehe ich per Mail ([frederikvincent.hof@me.com](mailto:frederikvincent.hof@me.com)) gerne zur Verfügung. Auch mobil bin ich zu erreichen: 017656790196

**Ich freue mich auf viele Interessierte! Bis bald, Frederik Hof**

