



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

Studienteilnehmende für Barfuß-Trainingsstudie an der Universität Hamburg gesucht

Im Rahmen eines Drittmittelgeförderten Projektes wird am Institut für Bewegungswissenschaft eine Studie zur Auswirkung des Barfußgangs auf die kognitive Leistungsfähigkeit älterer Erwachsener durchgeführt.

Haben Sie Lust und Interesse an dem Barfuß-Gangtraining teilzunehmen und etwas über Ihre kognitiven Fähigkeiten zu erfahren?

Wenn Sie bereits in Rente sind, keine gravierenden Gang- oder Seheinschränkungen aufweisen **UND** keine oder wenig Erfahrungen im Barfußgehen haben, dann melden Sie sich bei uns!

Wie werden die Untersuchungen durchgeführt?

- Allgemeine kognitive Fähigkeiten werden mithilfe des Wiener Testsystems (Abbildung 1) erfasst.
- Währenddessen werden Gehirnaktivitätsveränderungen mittels funktioneller Nahinfrarotspektroskopie (fNIRS) erhoben → hierfür wird das System wie abgebildet auf der Kopfhaut platziert (Abbildung 2)



Abbildung 1: Wiener Testsystem mit funktioneller Nahinfrarotspektroskopie (fNIRS)



Abbildung 2: Platzierung des funktionelle Nahinfrarotspektroskopie (fNIRS) Systems

Wo findet das Barfuß-Gangtraining statt und welches sind meine Vorteile?

- Das 12-wöchige Barfuß-Gangtraining findet zu Hause statt.



- Es entstehen keine Kosten.
- Sie gewinnen Erkenntnisse über Ihre kognitive Leistungsfähigkeit.
- Sie erhalten ein paar Leguano Barfußschuhe geschenkt.

Für weitere Informationen und/ oder die Anmeldung zur Teilnahme melden Sie sich

zu folgenden Sprechzeiten unter der Telefonnummer 0151 5093 3666:

mittwochs: 10–12 Uhr, Schwerpunkt: Wiener Testsystem und Hintergrund der Studie

freitags: 15–17 Uhr, Schwerpunkt: Ablauf der Messungen

oder per E-Mail an: mathilda.meyer@uni-hamburg.de

Fakultät für Psychologie und Bewegungswissenschaften

Institut für Bewegungswissenschaften

Arbeitsbereich Sport- und Bewegungsmedizin

Leitung:

Dr. Nils Schumacher

Studienkoordinatorin:

Mathilda Meyer

mathilda.meyer@uni-hamburg.de

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung.

Der Beitrag darf sehr gerne geteilt werden!