

Nr. 15/2018

Magdeburg, 23.03.2018

## TANZSCHRITT VERSUS FITNESSÜBUNG

Probanden für Studie zu altersbedingtem Leistungsabfall gesucht

Etwa 1,3 Millionen Menschen sind laut Demenzreport 2011 in Deutschland an Demenz erkrankt. Bis zum Jahr 2050 wird sich diese Zahl voraussichtlich mehr als verdoppeln. Sport- und Neurowissenschaftler der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg und des Deutschen Zentrums für Neurodegenerative Erkrankungen DZNE vergleichen in einer langangelegten Studie die Wirkung von Tanzprogrammen in der Gemeinschaft und individuell gestalteten Fitnessprogrammen und untersuchen deren Einfluss auf physische und kognitive Fähigkeiten untersuchen. Ziel der Studie ist es, herauszufinden, welche Übungsprogramme den größten Effekt auf die körperliche und geistige Fitness im Alter haben und wie sich wiederum fehlende körperliche Aktivität auf den Alterungsprozess auswirkt.

*„Eine älter werdende Gesellschaft und die damit verbundenen Probleme und Risiken, vornehmlich die Zunahme von Demenzerkrankungen, gehören zu den großen gesellschaftlichen Herausforderungen des 21. Jahrhunderts, besonders für die Gesundheitsforschung. Es ist bekannt, dass durch eine aktive Lebensweise der Erhalt physischer und kognitiver Fähigkeiten positiv beeinflusst werden kann“,* führt Prof. Dr. Anita Hökelmann vom Bereich Sportwissenschaft der Universität Magdeburg aus. *„Daher sollten wesentliche kognitive Funktionen sowie Kompetenzen der Bewegungskoordination möglichst bis ins hohe Alter trainiert werden. Die Studie der Universität Magdeburg soll geeignete Strategien dafür entwickeln.“*

Für die Studie werden zum einen Probandinnen und Probanden ab einem Alter von 70 Jahren gesucht, die keinen regelmäßigen Sport treiben und nur sporadisch körperlich aktiv sind. Zum anderen werden männliche Probanden im Alter von 60 bis 65 Jahren gesucht, die seit mindestens 3 Jahren im Tanzsport aktiv sind. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind Träger von magnetischen Metallimplantaten (Herzschrittmacher, Knie-TEP, Hüft-TEP, Zahnschrauben) oder Tätowierungen, Patienten mit Tinnitus, Platzangst oder Patienten, die Medikamente gegen Depressionen, Epilepsie und Demenz einnehmen.

1 / 2

Zur Erfassung des Gesundheits- bzw. Leistungszustandes sind verschiedene Messungen und Tests erforderlich, die im Bereich für Sportwissenschaft (Sporthalle 2 neben dem Gebäude 40 der Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg, Zschokkestraße 32) und im DZNE (Universitätsmedizin, Leipziger Straße 44, Haus 64) durchgeführt werden.

Für die Teilnahme an der Studie gibt es sowohl eine Vergütung als auch eine individuelle Auswertung der körperlichen und kognitiven Leistungsstärke.

Für weitere Informationen steht am Bereich Sportwissenschaft **Mandy Knoll** per E-Mail [mandy.knoll@ovgu.de](mailto:mandy.knoll@ovgu.de) sowie telefonisch unter 0391 67-54866 oder 0174 6185541 zur Verfügung.

Kontakt für die Medien:

Prof. Dr. Anita Hökelmann, Bereich Sportwissenschaft, Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg, Tel.: 0391 67-54866, E-Mail: [anita.hoekelmann@ovgu.de](mailto:anita.hoekelmann@ovgu.de)