



FH JOANNEUM  
SPORT SCIENCE  
LABORATORY

**FH | JOANNEUM**  
University of Applied Sciences

# SPORT WISSENSCHAFTLICHES LABOR



# **SPORTWISSENSCHAFTLICHES LABOR FH JOANNEUM BAD GLEICHENBERG**

**TRAININGSWISSENSCHAFT > DIAGNOSTIK >  
LEISTUNGSSPORT > GESUNDHEITSSPORT > SPORTTHERAPIE >  
TRAININGSTHERAPIE > TRAININGSBERATUNG >**

Im Sportwissenschaftlichen Labor der FH JOANNEUM wird auf dem Gebiet der angewandten Trainingswissenschaften geforscht. Primäre Betätigungsfelder sind die Optimierung von Trainingsprozessen und die Entwicklung von Sport- und Trainingstherapie- sowie Bewegungskonzepten. Die Forschungs- und Beratungstätigkeiten werden in enger Zusammenarbeit mit unseren Auftraggebern umgesetzt. Zu diesen zählen Vereine, Institutionen und Wirtschaftsbetriebe aus den Bereichen Sport, Gesundheit und Tourismus. Das Sportwissenschaftliche Labor der FH JOANNEUM sieht sich als wissenschaftlicher Berater und Kompetenzzentrum auf dem Gebiet der Trainingswissenschaft.

## **Was versteht man unter Trainingswissenschaft?**

Die Trainingswissenschaft ist eine Teildisziplin der Sportwissenschaft und berücksichtigt zahlreiche wissenschaftliche Disziplinen wie Physiologie, Physik oder Psychologie. Mit ihrer Hilfe soll der Trainingsprozess optimiert und sowohl die physische als auch die psychische Leistungsfähigkeit gesteigert werden. Die sportwissenschaftliche Analyse und Diagnostik stellt hierfür die erforderliche Basis dar.

## **Angebotene Leistungen**

Im Sportwissenschaftlichen Labor wird Forschung auf internationalem Niveau betrieben und deren Erkenntnisse in qualitativ hochwertige Anwendungen transferiert.

Wir bieten Forschung und Dienstleistungen in den folgenden Kompetenzfeldern:

- Erstellung von Therapiekonzepten in der Sport- und Trainingstherapie
- Diagnostik und Trainingssteuerung im Leistungssport
- Ganzheitliche Trainingsberatung im Gesundheitssport

Wir greifen auf modernste Laborausstattung zurück, deren Konfiguration neben dem Laboreinsatz auch eine komplexe Analysetätigkeit unter Feldbedingungen erlaubt.

**Das Sportwissenschaftliche Labor ist aktives Mitglied in folgenden internationalen Netzwerken:**

INSHS - International Network of Sports and Health Science | [www.eusonet.com](http://www.eusonet.com)

ÖGSE - Österreichische Gesellschaft für Sporternährung

DVGS - Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie

Zahlreiche internationale Fachvorträge und Publikationen unterstreichen die qualitativ hochwertige Arbeit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Sportwissenschaftlichen Labors der FH JOANNEUM.

## **KOMPETENZFELD LEISTUNGSSPORT**

**“ Die Entwicklung der körperlichen Leistungsfähigkeit jedes einzelnen Spielers stellt einen wichtigen Baustein des Erfolgs im modernen Fußball dar. Durch die in Zusammenarbeit mit den Expertinnen und Experten des Sportwissenschaftlichen Labors der FH JOANNEUM durchgeföhrten Untersuchungen wird diese systematisch analysiert und im internationalen Vergleich bewertet. So kann das Konditionstraining individuell geplant und gezielt durchgeführt werden.**

Marcus Schopp, Fußballtrainer



01



02

## **KOMPETENZFELD TRAININGS- UND SPORTTHERAPIE**

**“ Die Entwicklung von Therapiekonzepten für Krankheitsbilder wie Atemwegs- und kardiovaskuläre Erkrankungen, die auch als ‚Volkskrankheiten‘ bezeichnet werden, ist von großer gesellschaftlicher Bedeutung. Die Umsetzung interdisziplinärer Forschungsprojekte stellt die Basis evidenzbasierter Therapiemaßnahmen dar. Die in Zusammenarbeit mit dem Sportwissenschaftlichen Labor der FH JOANNEUM durchgeföhrte Forschungstätigkeit sichert die hohe Qualität des Therapieangebots im internationalen Vergleich.**

Dr. Stefan Pötz, Kardiologe und Sportmediziner

03

## **KOMPETENZFELD KÖRPERLICHE AKTIVITÄT UND BEWEGUNGSKOMPETENZ**

**“ Regelmäßige körperliche Aktivität und Training hat einen wesentlichen positiven Einfluss auf die physische und psychische Gesundheit. Dennoch hat die Häufigkeit der von Bewegungsmangel betroffenen Person in den letzten Jahren stark zugenommen. Durch die Zusammenarbeit mit dem Sportwissenschaftlichen Labor der FH JOANNEUM ist es uns gelungen, wissenschaftlich-fundierte und nachhaltige Programme zu konzipieren und umzusetzen, um inaktive Personen zu einem körperlich aktiven Lebensstil hinzuführen.**

Eva Ackbar, BSc, MSc, MPH, Österreichische Gesundheitskasse



# Umsetzung fundierter Forschungsarbeit in qualitativ hochwertigen Anwendungen

Qualität bedeutet für uns:

- Maßgeschneiderte innovative Lösungen, bestmöglich angepasst an die Bedürfnisse und Aufgabenstellungen von Auftraggebern und Partnern.
- Strenge Qualitäts- und Hygienestandards, u.a. Hygienezertifikat nach ‚Good Hygiene Practise‘.
- Regelmäßige Weiterbildung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.
- Kooperationen mit nationalen und internationalen Institutionen sowie Expertinnen und Experten aus Gesundheit und Sport.
- Zertifizierte sportwissenschaftliche Untersuchungsstelle des Landes Steiermark.



Auf unsere  
*Kernkompetenz*  
in angewandter  
Trainingswissenschaft  
vertrauen unter  
anderem:

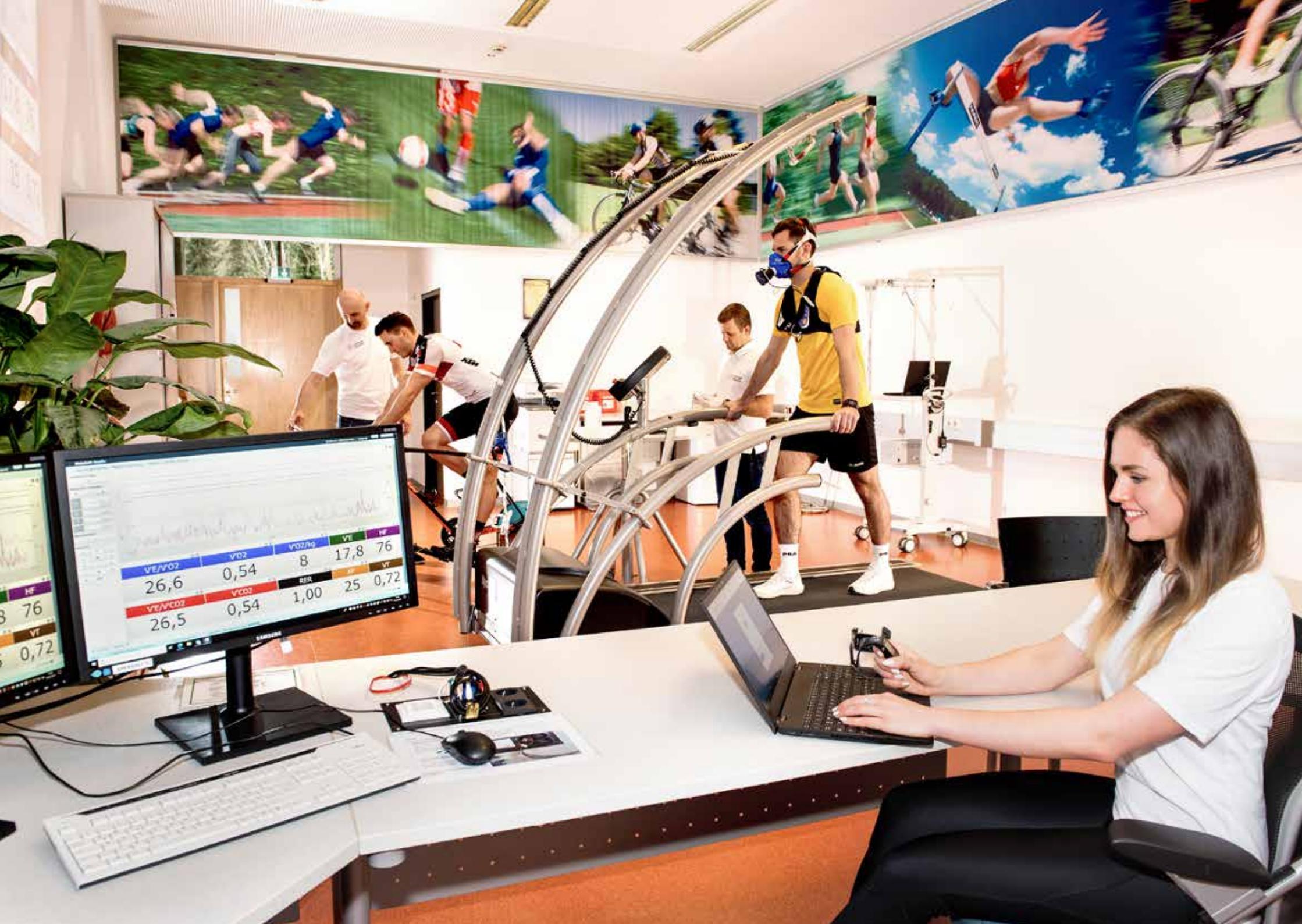
- SK Sturm Graz (AUT)
- Rubin Kazan (RUS)
- Österreichischer Fußballbund (ÖFB)
- Österreichische Nationalmannschaft im militärischen Fünfkampf
- Steirische Landesregierung
- Gesundheitsfonds Steiermark
- SVA der Bauern Österreichs
- Zahlreiche weitere Vereine, Institutionen und Wirtschaftsbetriebe aus den Bereichen Sport, Gesundheit und Tourismus

SPORTWISSENSCHAFTLICHES LABOR  
FH JOANNEUM  
BAD GLEICHENBERG

ExpertInnen-Netzwerk  
aus Theorie und Praxis



Trainingswissenschaft





**FH-Prof. Mag. Dr. Dietmar Wallner, MAS, MSc**  
Sport- und Trainingswissenschaftler, Dipl. Trainer für Leichtathletik; Fachgebiet Leistungsdiagnostik, Trainingssteuerung und angewandte Trainingswissenschaft; Forschungsschwerpunkt: Trainingssteuerung und Athletiktraining



**Mag. Dr. Helmut Simi**  
Sport- und Trainingswissenschaftler, Dipl. Übungsleiter für ambulante und kardiologische Herzsportgruppen, Fachübungsleiter Rehabilitationssport; Fachgebiet: Trainingstherapie; Forschungsschwerpunkte: Atemmuskeltraining, Generationenspielplätze



**Mag. Dr. Manuela Konrad**  
Diätologin und Medizinwissenschaftlerin, Autorin spezifischer Artikel und Buchbeiträge; Expertin im Bereich Sporternährung; Forschungsschwerpunkt: leistungssteigernde Ernährung



**Peter Holler, BEd, BSc, MA, MSc**  
Sport- und Bewegungswissenschaftler; Fachgebiete: Gesundheitssport und Bewegungsförderung; Forschungsschwerpunkte: Bewegungskompetenz (Physical Literacy)



**Paul Glanz, BSc**  
Sport- und Bewegungswissenschaftler; Tätigkeitsbereich: sportwissenschaftliche Untersuchungen im Rahmen von Auftrags-, Forschungs- und Studierendenprojekten



**FH JOANNEUM  
SPORT SCIENCE  
LABORATORY**



**Kontakt:** Mag. Dr. Dietmar Wallner, MAS, MSc  
Kaiser-Franz-Josef-Straße 24, 8344 Bad Gleichenberg  
T: +43 (0)316 / 5453-6713, M: +43 (0)664 / 80453-6713  
E-Mail: dietmar.wallner@fh-joanneum.at,  
Web: [www.fh-joanneum.at/labor/sportwissenschaftliches-labor](http://www.fh-joanneum.at/labor/sportwissenschaftliches-labor)