



## Eine Woche Skitourenurlaub unter den Argusaugen der Wissenschaft

**Das ISAG (Institut für Sport-, Alpinmedizin und Gesundheitstourismus) der Tirol Kliniken und der UMIT führt als Kooperationspartner des EU-Förderprojektes „Interreg Italia-Österreich WinHealth“ eine wissenschaftliche Studie zum Thema Skibergsteigen durch.**

Das Skibergsteigen boomt wie nie zuvor. Waren es früher eher Eintages- oder Zweitagestouren, ist mittlerweile ein eindeutiger Trend hin zu mehrtägigen Skitourenurlaube zu beobachten. Neben dem positiven Einfluss regelmäßiger körperlicher Aktivität auf den menschlichen Organismus führen diese über mehrere Tage hinweg aber zu einer muskulären Ermüdung, wodurch in weiterer Folge das Verletzungsrisiko steigt.

Das ISAG, als medizinischer Projektpartner des Interreg Italia-Österreich WinHealth Projektes, hat es sich zum Ziel gesetzt, das Ausmaß einer möglichen muskulären Ermüdung über mehrere Tage Skibergsteigen zu analysieren. Neben den körperlichen Auswirkungen wird auch das Wohlbefinden, das Erlebnis in der freien Natur, die Bewegung im alpinen Gelände und damit abseits des Massentourismus Thema des Projektes sein, ganz im Sinne eines nachhaltigen Gesundheitstourismus. Potentielle Studienteilnehmer werden im Vorfeld der eigentlichen Studie sportmedizinisch auf Herz und Nieren getestet. Dabei wird von einem spezialisierten Ärzte- und Diagnostiker Team des ISAG die Leistungsfähigkeit und die Sporttauglichkeit festgestellt. Auf Basis dieser Voruntersuchungen erfolgt eine mögliche Zuteilung der Teilnehmer. Die Studie selbst wird im Rahmen eines einwöchigen Aktivurlaubes mit Skibergsteigen durchgeführt.

Als kompetenter touristischer Partner fungiert die Tourismusregion St. Johann in Tirol in den Kitzbühler Alpen. Das Engagement der Region kann sich sehen lassen. Geplant ist ein einwöchiger Skitourenurlaub im Zeitraum von Ende März, Anfang April 2017. Dabei sind fünf, von Bergführern professionell geführte Skitouren, von den Teilnehmern zu absolvieren. Im Zuge dessen erfolgt die Aufzeichnung der Herzfrequenz und ein GPS-Tracking. Nach absolvierter Skitour und Rückkehr in eines der St. Johanner Top Hotels geht es für die Studienteilnehmer weiter mit den sportmedizinischen Tests, bevor dann das abendliche Urlaubsfeeling aufflackern kann.

Skibergsteigen im Auftrag der Wissenschaft - ein sensationelles gesundheitstouristisches Projekt in einer Tourismusregion der Superlative in den Kitzbühler Alpen. Es werden sämtliche Untersuchungskosten übernommen. Den einwöchigen Skitourenurlaub mit 7 Übernachtungen samt Verpflegung (Halbpension mit Lunchpaket) in einem Top Hotel gibt es zu einem geringen Selbstbehalt von 230€ für den gesamten Aufenthalt. Körperliche Aktivität, gemeinsames Skibergsteigen, die Natur genießen, Ruhe und Urlaubsfeeling sind garantiert. Zudem leistet jeder Teilnehmer einen wertvollen wissenschaftlichen Beitrag im Sinne der Verletzungsprävention.

Bei Interesse informieren wir gerne im Detail und ersuchen um Kontaktaufnahme unter der Mailadresse: [ski@umit.at](mailto:ski@umit.at) oder auch telefonisch unter 0664 8372121 (Telefonische Erreichbarkeit: 8:00-15:00)

für das ISAG-Forschungsteam

David Morawetz, MSc  
(Studienkoordinator)

