

Beinachsen-Testung

Geschrieben von: Administrator



Beinachsen-Testung

Wieder einen Schritt weiter in Richtung Gesundheitsprophylaxe, sowie Leistungsoptimierung ging der UVF EWS Melk in der Zusammenarbeit mit Dr. Thomas Schögggl, Sportmediziner und Facharzt für physikalische Medizin. Mittels Videoanalyse wurde das Lauf- und Sprungverhalten, sowohl in beidbeiniger als auch einbeiniger Ausführung der Spielerinnen analysiert. Grundsätzlich zeigte sich ein überdurchschnittlich gutes Ergebnis. Kleinere Defizite wurden im Anschluss an die Untersuchung analysiert und Möglichkeiten der Behebung besprochen. Zusammenfassend zeigte sich, dass der Weg des UVF EWS Melk in trainingswissenschaftlicher Sicht ein guter ist und speziell im Nachwuchsbereich auf Ganzheitlichkeit einen wesentlichen Schwerpunkt setzt. [FOTOS](#)