



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 Fachrichtungen 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:

- Diagnostik und Trainingssteuerung im Leistungssport
- Erstellung von Therapiekonzepten in der Sport- und Trainingstherapie
- 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.eusponet.com](http://www.eusponet.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 durchgeführten Untersuchungen wird diese systematisch analysiert und im internationalen Vergleich bewertet. So kann das Konditionstraining individuell geplant und gezielt durchgeführt werden.

Franco Foda, Fußballtrainer



01



02

## KOMPETENZFELD TRAININGS- UND SPORTTHERAPIE

**”** Die Entwicklung von Therapiekonzepten für Krankheitsbilder wie obstruktive Atemwegserkrankungen, 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 durgeführte Forschungstätigkeit sichert die hohe Qualität des Therapieangebots im internationalen Vergleich.

Josef Blaschitz, Triestina Kurhotel GmbH

## KOMPETENZFELD KÖRPERLICHE AKTIVITÄT UND GESUNDHEITSSPORT

**”** Gesundheit und Fitness sind für mich untrennbar mit Bewegung und Sport verbunden. Die vom Sportwissenschaftlichen Labor der FH JOANNEUM konzipierten und durchgeführten Untersuchungen sowie die abgeleiteten Trainingsempfehlungen tragen maßgeblich zur Steigerung meines Wohlbefindens und meiner Lebensqualität bei.

Franz Griesbacher, Musiker, Die Paldauer



03

# 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. Zertifikat nach ‚Good Hygiene Practise‘
- regelmäßige Weiterbildung der MitarbeiterInnen
- 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, AKA (HIB) Graz-Liebenau
- Steirische Tormannakademie Goriupp
- Österreichische Nationalmannschaft im militärischen Fünfkampf
- Steirische Landesregierung
- Tourismusverband Region Bad Gleichenberg
- Sozialversicherungsanstalt der Bauern
- 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







**Mag. Dr. Dietmar Wallner MAS,**  
Sport- und Trainingswissenschaftler, Dipl. Trainer für Leichtathletik; Fachgebiet Leistungsdiagnostik und Athletiktraining Fußball, Sprint und Laufsport; Forschungsschwerpunkt: Intervalltraining (in Sport und Therapie)



**Mag. Dr. Helmut Simi,**  
Trainingswissenschaftler, Dipl. Übungsleiter für ambulante und kardiologische Herzsportgruppen, Fachübungsleiter für Rehabilitationssport; Fachgebiet Rehabilitationssport; Forschungsschwerpunkt: Atemmuskultraining



**FH JOANNEUM  
SPORT SCIENCE  
LABORATORY**



**Mag. Dr. Manuela Konrad,**  
Diätologin und Medizinwissenschaftlerin, Autorin von zahlreichen spezifischen Artikeln und Buchbeiträgen; Expertin im Bereich Sporternährung; Forschungsschwerpunkt: leistungssteigernde Ernährung



**Kontakt:** Mag. Dr. Dietmar Wallner, MAS  
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/spowilab