

## CALL FOR PAPERS

6. Tagung der Marie-Luise und Ernst Becker Stiftung  
25. und 26. September 2014

„Sport im Alter: zwischen Sitzkreis und Supermarathon“

### **Thema**

Der Zusammenhang zwischen körperlichem Aktivitätsverhalten und Gesundheit ist in weiten Teilen gut erforscht. Die positiven gesundheitlichen Effekte von körperlicher Aktivität in Bezug auf zahlreiche Erkrankungen sind auch durch Metaanalysen hinreichend belegt. Gerade im Alter ist regelmäßige körperliche Aktivität entscheidend für den Erhalt der Selbstständigkeit und die individuelle Mobilität. Allerdings zeigen Daten über das Aktivitätsverhalten, dass sich die Bevölkerung in Deutschland über alle Altersgruppen hinweg – insbesondere jedoch im Alter – zu wenig bewegt.

Die Marie-Luise und Ernst Becker Stiftung möchte sich in den kommenden Jahren intensiv mit dem Thema „Sport und Alter“ befassen und das Wissen über Sport im Alter – was und wie viel ist möglich – vergrößern. Die geplante Tagung soll deshalb eine erste *interdisziplinäre Standortbestimmung* zum Thema „Sport und Alter“ vornehmen. Ziel ist es, führende Experten zusammenzubringen und den Stand der Forschung zu diskutieren, um im nächsten Schritt gegebenenfalls weitere Stiftungsaktivitäten und Forschungsbedarfe abzuleiten.

An dieser Tagung nehmen die relevanten Kenntnisträger (aus Deutschland und ggf. Europa) aus allen hierfür relevanten Forschungsbereichen und der Praxis teil. Um das vorliegende Thema in all seinen Facetten abdecken zu können, schlagen wir die folgenden Themenschwerpunkte vor, zu denen wir einen Überblick zum Stand der Wissenschaft bekommen wollen:

### **1. gesellschaftliche Aspekte**

- Zahlen, Daten, Fakten (Wer treibt welchen Sport und wie viel?)
- Sportpartizipation im Lebensverlauf
- aktuelle Sporttrends
- Wo treiben Ältere Sport (Zugangswege)?
- Sportsettings
- Welche Konzepte gibt es in den einzelnen Verbänden?

## **2. biologisch-medizinische Aspekte**

- Wirkung von sportlicher Aktivität im Alter und Lebensverlauf
- Wie entwickeln sich Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Kraft und Koordination im Lebensverlauf?
- Sport und Bewegung für Hochaltrige
- Sport und Veränderungen/Alterung auf Zellebene

## **3. gesundheitliche Aspekte**

- Einfluss von Bewegung, Training und Sport sowie Bewegungsmangel auf den gesunden und kranken Menschen im Alter
- Wie sieht der „richtige“ Sport im Alter aus?
- Was ist schädlich?

## **4. motivationale und psycho-soziale Aspekte**

- Motive und Barrieren für Sport im Alter
- Sinnstiftung durch Sport im Alter / Sport als Ausgleich zum einstigen beruflichen Erfolg
- Sportnachfrage im Lebensverlauf

## **5. trainingswissenschaftliche Aspekte**

- Trainierbarkeit von Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Kraft und Koordination
- sportliches Training im Alter / Älterer / Hochaltriger
- optimale Trainingsmethoden
- spezifische Trainingsmethoden für Ältere

Mit der Tagung sprechen wir Vertreter von Forschungsinstituten, Universitäten, Fachhochschulen und anderen Forschungseinrichtungen sowie Vertreter aus den Verbänden an. Der Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmenden, praxisorientierte Vorträge und Anregungen zu weiteren Entwicklungen auf Wissenschaftsseite und auf Seite der Praxis stehen dabei im Vordergrund.

Die Vortragsdauer beträgt ca. 30-45 Minuten. Für Vortragende ist eine Erstattung der Reise- und Aufenthaltskosten vorgesehen.

### ***Einreichen der Beiträge***

Wenn Sie sich im Rahmen eines Vortrages aktiv an unserer Tagung beteiligen wollen, freuen wir uns über Ihr Paper und Kurzvita bis zum **15. April 2014**.

#### ***per Post:***

Marie-Luise und Ernst Becker Stiftung  
Susann Kocura  
Parkstraße 10  
50968 Köln

#### ***per Email:***

skocura@becker-stiftung.de

**Wir freuen uns, wenn Sie diesen Call auch an andere interessierte  
Kolleginnen und Kollegen weiterleiten!**