

Wetter für die nächsten Tage

präsentiert von **somedia**
MEDIEN DER SÜDOSTSCHWEIZ

	Freitag	Samstag	Sonntag	Montag
Vormittag	-3°	-3°	-3°	-2°
Nachmittag	10°	11°	12°	11°

Impressum

Herausgeberin: Somedia Press AG

Verleger: Hanspeter Lebrument

CEO: Thomas Kundert

Gesamtleitung Davos/Klosters: Hans Peter Stiffler

Redaktion «Davoser Zeitung»:

Andri Dürst (ad), Barbara Gassler (bg),
Pascal Spalinger (ps), Promenade 60, 7270 Davos Platz
Tel. Redaktion direkt: 081 415 81 71, Fax 081 415 81 92

E-Mail: davoserzeitung@somedia.ch

Redaktion «Klosterser Zeitung»:

Conradin Liesch (c), Landstrasse 214, 7250 Klosters
Tel. 081 422 13 15, Fax 081 422 49 48

E-Mail: klosterserzeitung@somedia.ch

www.davoserzeitung.ch

Verbreitete Auflage «Davoser Zeitung»: 3517 Ex.

Erscheint zweimal wöchentlich; Jahrespreis Fr. 165.-

Verbreitete Auflage Klosterser Zeitung: 2384 Ex.

Erscheint einmal wöchentlich; Jahrespreis Fr. 95.-

WEMF-beglaubigt, Basis 2021

Verlag/Abo: Somedia Press AG

Promenade 60, 7270 Davos Platz

Tel. 081 415 81 91, Fax 081 415 81 92

E-Mail: werbemacher.davos@somedia.ch

Anzeigen: Für Inserate in der «Davoser Zeitung»

und «Klosterser Zeitung» und allen anderen
Zeitungen und Zeitschriften im In- und Ausland:

Werbemacher Davos, Somedia Press AG

Promenade 60, 7270 Davos Platz

Telefon 081 415 81 91, Fax 081 415 81 92

E-Mail: werbemacher.davos@somedia.ch

Anzeigen-/Redaktionsschluss: Mittwoch/Freitag,

11 Uhr, für Todesanzeigen: Montag/Donnerstag, 10 Uhr

Über unverlangt eingesandte Manuskripte,

Fotos usw. wird keine Korrespondenz geführt.

Alle Rechte vorbehalten. Alle in dieser Zeitung publizierten Texte dürfen nur mit Zustimmung der Redaktion ganz oder teilweise kopiert oder weiterverwendet werden. Die in dieser Zeitung publizierten Inserate dürfen von Dritten weder ganz noch teilweise kopiert, bearbeitet oder anderweitig verwendet werden. Sei dies in Print- oder elektronischen Medien, insbesondere in Online-Diensten (Internet), unabhängig ob die Inserate und Texte für diesen Zweck bearbeitet wurden oder nicht. Bei Verletzungen dieses Verbots behält sich der Verlag rechtliche Schritte vor.



Per Spirometer werden die Atemgase und die relative Sauerstoffsättigung der Muskulatur gemessen. Bild: zVg

Davoser Meile: Wenn die Forschung aufs Feld geht

Mit dem «Swiss Research Institute for Sports Medicine» (SRISM) besteht in Davos seit 2020 eine Zusammenarbeit zwischen «Davos Sports & Health», dem sportmedizinischen Fachbereich der Spital Davos AG, und dem Schweizerischen Institut für Allergie und Asthmaforschung (SIAF) zur translationalen Forschung. Diesen Winter hat «Davos Sports & Health» nun erstmals Forschungsdaten in der freien Natur gesammelt.

pd | Was haben Langlauf, Trailrunning und Biken gemeinsam? Sie sind gerade voll im Trend, bergen für Ungeübte aber das Risiko, den Körper zu überlasten. Deshalb empfiehlt sich eine gute Trainingsplanung. Diese basiert im Optimalfall auf einem Leistungstest, wobei sich dafür der Laktat-Stufentest etabliert hat. Da die meisten Ausdauersportarten aber draussen ausgeübt werden, hat sich die Spital Davos AG mit ihrem sportmedizinischen Fachbereich «Davos Sports & Health» das Ziel gesetzt, die Leistungsmessung in die freie Natur zu bringen, also dort zu messen, wo der Sport auch stattfindet. Diesen Winter fanden nun erste Probestellungen auf der Langlaufloipe in Davos statt.

Für die Testläufe wurden die Nachtloipe und die Weltcupstrecke ausgewählt. Mit dabei waren Top- und Hobby-Athletin-

nen und -Athleten, welche die sogenannte «Davoser Meile» in unterschiedlich vorgegebenen Intensitätszonen abliefen. Dabei wurden sie mit GPS-Sensoren ausgestattet, die Daten zu Loipenprofil und Distanz, aber auch Informationen über die Geschwindigkeit und Lauftechnik liefern. Zudem wurde die Herzfrequenz aufgezeichnet, und bei einzelnen Testpersonen wurden mittels Spirometer auch die Atemgase sowie die relative Sauerstoffsättigung der Muskulatur gemessen.

Daten sollen auch dem Davoser Tourismus nutzen

Die ersten Messungen und Analysen sind vielversprechend und motivieren das Team, die Leistungsmessung in der freien Natur weiterzuentwickeln. So ist in den Sommermonaten eine weitere Runde auf der Davoser Meile mit Läuferinnen und Läufern geplant. In der Zwischenzeit wird am SRISM mit den bisher ermittelten Daten weitergeforscht, um die Ursachen für eine erhöhte Infektanfälligkeit bei Spitzensportlerinnen und -sportlern zu erkennen und daraus Präventions- und Therapiemöglichkeiten zu schaffen. Daten, die später auch Hobbysportlerinnen und -sportlern zur Verfügung gestellt werden können und somit Einheimischen und Gästen sowie dem Davoser Tourismus ebenfalls von Nutzen sein werden.

Mehr zu den Testmöglichkeiten im Sportbereich unter www.davosportshealth.ch