



6. November 2014  
67/14

Pressedienst

## Tag der offenen Tür im Sportpark Rotherbaum

# Ski-Akademie: Fit und geschickt durch Wintersport

Der Arbeitsbereich Sport- und Bewegungsmedizin am Institut für Bewegungswissenschaft lädt alle Wintersportinteressierten von 5-75 Jahren herzlich dazu ein, die eigenen Skifertigkeiten zu testen und zu trainieren auf der

**Ski-Akademie der Universität Hamburg  
am Sonntag, dem 16. November 2014, von 10.00 bis 13.00 Uhr  
im Sportpark der Universität Hamburg (Rotherbaum),  
Turmweg2, 20148 Hamburg.**

**Der Eintritt ist frei.**

Auf dem Programm stehen u. a. Alpinski-Training mit Slalomfahrten auf Rollgeräten (Inline-Skating, Skateboards, Waveboards) und die „kleine Kinderabfahrt“ mit Slalom für Inline-Skater und Boarder von 5 bis 12 Jahren. Für das Skilanglauf-Training, das Skating und den Biathlon gibt es das Ganzkörpertraining mit Stöcken auf Skikes und einen Roller-Biathlon.

Bewegungswissenschaftler unterstützen bei der Verbesserung der Gleichgewichtsleistung und damit der Skikünste. Uni-Dozent und DSV-Skilehrer Volker Nagel referiert zu aktuellen Entwicklungen im Skisport und wie man von den modernen Methoden aus Sportwissenschaft und Spitzensport profitieren kann.

An wissenschaftlichen Messstationen kann jeder kostenlos seine Gleichgewichtspower überprüfen und Asymmetrien aufdecken lassen. In drei Hallen und auf dem Außengelände zeigen Sportwissenschaftler vielfältige Trainingsmethoden.

### **Ausführliches Programm unter:**

[www.bw.uni-hamburg.de/de/ueber-das-institut/news/winter-sportpark.html](http://www.bw.uni-hamburg.de/de/ueber-das-institut/news/winter-sportpark.html)

### **Für Rückfragen:**

Volker Nagel  
Institut für Bewegungswissenschaft  
Arbeitsbereich Sport- und Bewegungsmedizin  
Tel.: 040 42838-3518  
E-Mail: volker.nagel@uni-hamburg.de