

Vorbereitung auf die HBL: Medizinische Checks bei Füchsen und Potsdam!

Vor Saisonbeginn unterziehen sich die Füchse Berlin und VfL Potsdam einem umfassenden Gesundheits-Check in Berlin und Potsdam.

Medizinische Gesundheitschecks für Handballprofis: Ein Blick hinter die Kulissen

Im Vorfeld der neuen Saison in der Daikin-Handball-Bundesliga unterziehen sich die Spieler des VfL Potsdam und der Füchse Berlin einem umfassenden Medizin-Fitness-Check. Dieser wichtige Prozess stellt sicher, dass die Athleten sowohl physisch als auch gesundheitlich optimal auf die Herausforderungen der bevorstehenden Meisterschaft vorbereitet sind.

Standorte der medizinischen Untersuchungen

Die Gesundheitschecks finden an zwei renommierten Standorten statt: der Charité in Berlin und der Hochschulambulanz der Universität Potsdam. Unter der Leitung von Prof. Dr. med. Bernd Wolfarth, dem Chef-Arzt der deutschen Olympiamannschaft, werden die Spieler auf Herz und Nieren geprüft. Diese

umfassenden Untersuchungen sind entscheidend, um die Fitness und sportliche Verfassung der Spieler festzustellen.

Umfangreiche Tests zur Leistungsdiagnostik

Um die allgemeine Gesundheit und insbesondere die Herzgesundheit zu bewerten, werden die Athleten verschiedenen Tests unterzogen. Zunächst werden grundlegende Gesundheitsdaten wie Größe, Gewicht, Körperfettanteil und Lungenvolumen erfasst. Darüber hinaus erfolgt ein Sehtest, ein Ruhe-EKG, Ultraschalluntersuchungen und ein großes Blutbild. In den letzten Tests stehen Kraftanalysen und ein gefürchteter Laktat-Stufentest auf dem Programm, der die Ausdauerleistungsfähigkeit der Spieler ermittelt.

Ein Ziel: Sportgesundheit und Leistungssteigerung

Johannes Buitenhuis, der Mannschaftsarzt des VfL Potsdam, betont, dass das Hauptziel dieser umfassenden Untersuchungen die Feststellung der Sportgesundheit ist. „Zusätzlich zur gesundheitlichen Analyse wird die aktuelle Leistungsfähigkeit beurteilt, um etwaige Verbesserungsmöglichkeiten zu identifizieren“, so Buitenhuis. Der Prozess ist nicht nur wichtig für die individuelle Gesundheit, sondern auch für die gesamte Mannschaftsleistung in der bevorstehenden Saison.

Der Laktat-Stufentest: Ein harter Prüfstein

Der zuletzt durchgeführte Laktat-Stufentest gilt als besonders herausfordernd für die Spieler. Dabei muss jeder Teilnehmer auf einem Laufband seine Ausdauer bis zur Erschöpfung testen. Nicht nur die körperliche Fitness wird dabei geprüft, sondern es bietet auch wertvolle Daten zur individuellen Belastbarkeit. Potsdams Aushilfstrainer Bob Hanning merkt dazu an, dass einige Spieler möglicherweise intensiver trainieren müssen, um das erforderliche Leistungsniveau zu erreichen.

Langfristige Begleitung bei den Füchsen

Die Füchse Berlin haben ein bewährtes System für ihre Spieler etabliert. Dr. med. Maximilian Grummt von der Charité erläutert, dass viele Athleten schon seit ihrer Jugend im Verein ärztlich betreut werden. „Es ist beeindruckend zu sehen, wie die Spieler aufwachsen und sich zu Profis entwickeln“, so Grummt. Diese langfristige Betreuung über die verschiedenen Altersklassen hinweg erhöht nicht nur die gesundheitliche Sicherheit, sondern fördert auch eine positive Teamdynamik und Motivation.

Insgesamt sind diese medizinischen Checks ein entscheidender Schritt in der Saisonvorbereitung der Handballteams Potsdam und Berlin. Sie bilden nicht nur die Basis für die individuelle Gesundheit jedes Spielers, sondern auch für den sportlichen Erfolg der gesamten Mannschaft in der kommenden Saison.

- **NAG**

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de