



**Bundesinstitut  
für Sportwissenschaft**

HAUSANSCHRIFT Graurheindorfer Str. 198, 53117 Bonn

POSTANSCHRIFT Postfach 170148, 53027 Bonn

TEL +49 (0)1888-640 9010 bzw. 9011

FAX +49 (0)1888-640 9007

BEARBEITER WR'in Dr. Andrea Horn  
Dr. med Peter Stehle

E-MAIL [andrea.horn@bisp.de](mailto:andrea.horn@bisp.de)  
[peter.stehle@bisp.de](mailto:peter.stehle@bisp.de)

INTERNET [www.bisp.de](http://www.bisp.de)

DATUM Bonn, 08. November 2006

AZ

POSTANSCHRIFT Bundesinstitut für Sportwissenschaft Postfach 170148 53027 Bonn

## **Ausschreibung eines Auftrags zur Erstellung einer wissenschaftlichen Expertise**

### **„Krafttraining im Nachwuchsleistungssport“**

Ablauf der Bewerbungsfrist  
Bearbeitungszeitraum

15. März 2007  
neun Monate  
(Bevilligung bis Abgabe Abschlussbericht)



## Zielstellung

Die Bedeutung eines Krafttrainings bei Heranwachsenden im Leistungssport wird kontrovers diskutiert. Im Fokus stehen dabei Trainingsmethodik sowie Fragen des Umfangs und der Intensität und ihrer Rückwirkung auf den heranwachsenden Organismus in Abhängigkeit von Geschlecht und Sportdisziplin.

Ziele der Expertise sind daher die Darstellung des aktuellen Forschungs- und Kenntnisstandes anhand einer Analyse der internationalen Literatur sowie die Ableitung offener Fragestellungen.

## Erwartete Leistungen

Bei der Erstellung der Expertise soll eine Aufarbeitung und Bewertung der internationalen und nationalen Literatur stattfinden. Dabei interessieren insbesondere

- Biologische Grundlagen der Belastbarkeit des heranwachsenden Organismus unter Berücksichtigung geschlechtsspezifischer Aspekte
- Belastbarkeitsabschätzungen im Bezug auf das biologische Entwicklungsalter
- Adaptationsfähigkeit verschiedener Parameter der Kraftentfaltung durch Training in Bezug zum heranwachsenden Organismus
- Problematik der Überbeanspruchung des heranwachsenden Organismus mit einer Risiko-Nutzen-Analyse
  - in primär kraftdeterminierten Sportarten und in nicht kraftdeterminierten Sportarten
  - mit und ohne gezieltes Krafttraining zur Leistungsoptimierung bzw. Gesunderhaltung
- Parameter zur Diagnostik und Steuerung des Trainings der verschiedenen Krafftfähigkeiten
- Methodische Aspekte des Trainings der verschiedenen Krafftfähigkeiten.

Von dem Projektnehmer / der Projektnehmerin wird erwartet, dass der Abschlussbericht neun Monate nach Beginn des Bewilligungszeitraumes vorliegt. Zusätzlich ist zum gleichen Termin eine maximal 10-seitige sog. „Managerfassung“ vorzulegen, die die wesentlichen Inhalte in allgemein verständlicher Form aufbereitet.



## **Hinweise zur Arbeitsweise**

Wegen der Komplexität der Fragestellung scheint es notwendig, das Projekt wissenschaftsinterdisziplinär aus trainings- und bewegungsmethodischer sowie medizinischer Sichtweise (Neurophysiologie, Endokrinologie, Orthopädie/Traumatologie u. a.) zu planen und zu bearbeiten.

Die interdisziplinäre Sichtweise erscheint unverzichtbar bei der

- Interpretation und Bewertung der internationalen und nationalen Literatur im Hinblick auf ihre trainingsmethodische und medizinische Relevanz
- Bewertung der Bedeutung der Krafftigkeiten und des Krafttrainings bei Heranwachsenden
- Ableitung offener Fragestellungen für die Trainings- und Bewegungswissenschaften sowie für die Medizin.

Es sollten sich bevorzugt Arbeitsgruppen bewerben, die Interesse an interdisziplinärer Zusammenarbeit haben und die aufgrund ihrer Zusammensetzung in der Lage sind, das Projekt interdisziplinär zu bearbeiten.

## **Laufzeit und Beginn des Vorhabens**

Es ist beabsichtigt, das Projekt als Auftrag im Rahmen eines Werkvertrages zu vergeben. Für die Durchführung ist eine Laufzeit von neun Monaten vorgesehen.

## **Bewerbung und Beurteilungsverfahren**

Potentielle Auftragnehmer bzw. Auftragnehmerinnen sollten mit ihrer Bewerbung zu den einzelnen oben genannten Zielen Stellung nehmen und

- ihre Erfahrungen im Bereich „Krafttraining mit Heranwachsenden“ darstellen
- ihre Arbeitsmethoden erläutern und hierzu einen Arbeitsplan mit konkreten Meilensteinen vorlegen
- ein Finanzierungskonzept vorlegen.



Beurteilungskriterien für die Auftragserteilung sind:

- Wissenschaftlichkeit der Vorgehensweise
- Vertretbare Kosten-Nutzen-Relation

Bewerbungen um die Durchführung des Projektes sollen mit dem Antragsformular für Zuwendungsverfahren (easy - AZA V6.29) eingereicht werden. Das Antragsformular kann von der Startseite des Elektronischen Antragsystems aus dem Internet herunter geladen werden (<http://www.kp.dlr.de/profi/easy/download.html>).

Die Frist für die Einreichung von Angeboten endet am **15. März 2007**. Maßgeblich für die Einhaltung dieser Frist ist der **Eingang des Angebotes im BISP**.

Die eingegangenen Angebote werden dem im BISP geltenden Begutachtungsverfahren unterzogen.

Bewerbungen um die Durchführung des Forschungsprojektes sind zu richten an:

Bundesinstitut für Sportwissenschaft  
Frau Dr. Andrea Horn  
Graurheindorfer Str. 198  
53117 Bonn

### **Hinweis - bitte unbedingt beachten!**

Die an das BISP adressierten Antwortumschläge sind zwingend mit der deutlich sichtbaren **Aufschrift „Bitte nicht öffnen – Angebot“** zu versehen, um eine vorzeitige Eröffnung und damit Ungültigkeit des Angebotes auszuschließen.

### **Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an**

Dr. Peter Stehle (FG Medizin)

01888 640-9011  
[peter.stehle@bisp.de](mailto:peter.stehle@bisp.de)

Dr. Andrea Horn (FG Trainingswissenschaft)

01888 640-9010  
[andrea.horn@bisp.de](mailto:andrea.horn@bisp.de)