



Thin face climbing on Indicator Wall, Ben Nevis, Scotland

Mountain Sports (Bergsport, 4 SWS, 6 Credits)

Das Modul kann im Wahlkatalog „Complementary Subjects“ der Masterstudiengänge eingebracht werden.

Wir planen ab dem Sommersemester 2017 ein neues Wahlmodul Mountain Sports (Bergsport) anzubieten. In diesem Modul kombinieren wir drei Stärken der TUM:

- 1) Die Nähe der Alpen,
- 2) ein Dozenten Team von Bergführern, aktiven Kletterern und Alpinisten und
- 3) unsere Kompetenz in der Sportbiologie.

Die erste Hälfte (2 SWS) des Moduls ist die praktische Ausbildung in Bergsportarten:

- **Bouldering, Klettern.** Dieser Teil wird von Andrea Eisenhut geleitet (International erfolgreiche Sportkletterin).
- **Bergwandern, Berglaufen, Hochtouren/Alpinismus.** Dieser Teil wird von Gudrun Weikert (erste deutsche Bergführerin), Andreas Thomann (Bergführer) und Dr Carolina Olufemi unterrichtet.

Während der Sportpraxis werden auch Parameter wie z.B. die Sauerstoffsättigung in der Höhe gemessen.

Die zweite Hälfte (1 SWS Vorlesung, 1 SWS Seminar, jede zweite Woche) wird von Prof. Dr. Henning Wackerhage geleitet, der selbst aktiver Kletterer (insbesondere Schottisches Winterklettern) ist. Hier sind die Themen:

- **Physiologie und Medizin des Bergsports:** Leistungslimitierende Faktoren in Bergsportarten, Testmethoden, Training, spezifische Themen (z.B. Höhenbergsteigen, Expeditionen, Kälteanpassung), medizinische Probleme wie Höhenkrankheit oder DOMS.
- **Molekulare Sportphysiologie:** Molekulare Anpassung an Training und Höhe, Genetische Faktoren.
- **Bergsport Technologie:** Z.B. Wearables, Ausrüstung, Bekleidung.

Die Praxis und die Seminare werden auf Deutsch unterrichtet, die Vorlesung auf Englisch. Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt. Bei Fragen bitte henning.wackerhage@tum.de mailen.

Termine: Alpinismus Block 21-23.07 2017; Bouldern & Klettern 4x Freitag morgens.