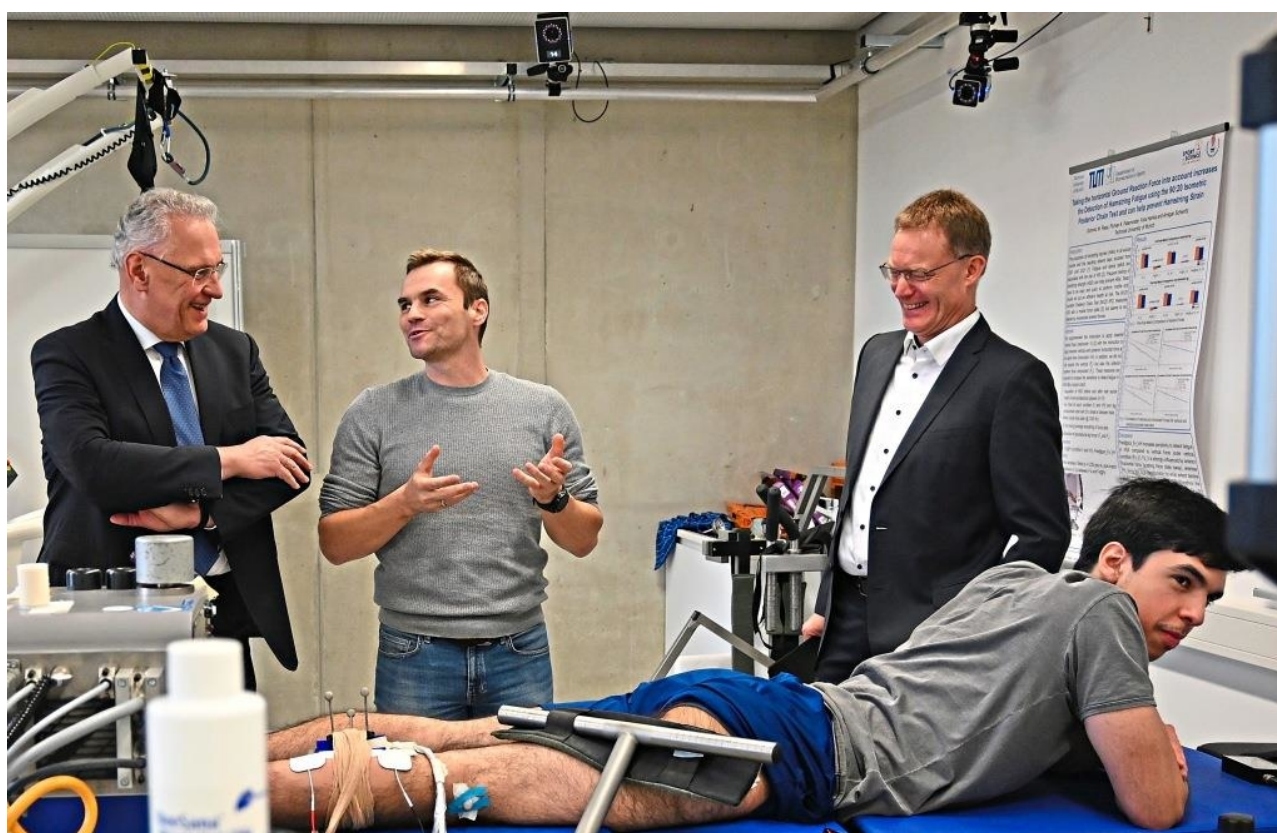


Er forscht an der TU München

Der Bewegungs-Doktor aus Regen: Florian Paternoster macht im Labor die Sportler besser

16.04.2024 | Stand 16.04.2024, 10:43 Uhr

A A A



Auch der Innenminister schaute schon vorbei: Florian Paternoster (2. von links) mit Joachim Herrmann im Labor der TU München. – Foto: Romy Schwaiger/TUM

Von Nils Rechlin

Wenn Florian Paternoster im Labor arbeitet, ist er nur bedingt erreichbar. „Wir bauen gerade ein Mess-Experiment auf, das ist ziemlich komplex“, bittet er um Verständnis. Florian Paternoster ist promovierter Sportwissenschaftler an der Technischen Universität München. Der 40-jährige Familienvater aus Regen im Bayerischen Wald wird gern angefragt, wenn Sportler ihre Bewegungsabläufe optimieren wollen.

Die Camps des Ausdauer-Netzwerks (AN) von Thomas Freimuth und Mathias Flunger, Spezl aus gemeinsamen Tagen beim Ski-Zug der Bundeswehr, begleitet der Biomechanik-Experte als Trainer und Vortragender. Auch die deutschen Biathletinnen griffen schon auf die Expertise des Bewegungs-Forschers aus dem Bayerischen Wald zurück. Mittels 3D-Analysen wurden die Bewegungsabläufe der Athletinnen gescannt. „So etwas ist wichtig für die Sportlerinnen und Sportler, weil sich neue Sichtweisen ergeben, wenn jemand von außen drauf schaut und nicht nur immer der Trainer seine Erkenntnisse darlegt“, sagt Paternoster.

Der Waldler weiß, wovon er spricht. Er war selbst als Leistungssportler im Biathlon aktiv. Am Christophorus-Gymnasium in Berchtesgaden hat er Abitur gemacht. Und seither hat ihn der Leistungssport nicht mehr losgelassen – er hat nur die Seiten gewechselt, von der aktiven zur unterstützenden. „Es war für mich klar, dass ich in dem Bereich bleiben wollte“, sagt Paternoster. Deshalb würde er seine Arbeit an der TU gern fortsetzen – auch um der Familie willen. Mit Ehefrau Susanne und der vierjährigen Tochter lebt er in München. Ende Mai wird er zum zweiten Mal Vater. Auch wenn die Zeit danach möglicher Weise noch knapper

wird, wird Sport-Forscher Paternoster zusehen, dass die Praxis nicht zu kurz kommt. Radfahren und Klettern Skilanglaufen und Skitourengehen im Winter sind feste Bestandteile im Aktivprogramm des leidenschaftlichen „Besonders schön ist es, wenn ich dann auf dem Bretterschachten oder der Rusel auf bekannte Gesichter Paternoster. „Zuletzt war’s mal Johannes B

Aber jetzt wartet erstmal wieder die Messeinheit im Labor. Paternoster und seine Kollegen wollen herausfinden, wenn der Muskel länger wird, also gedehnt wird und welchen Einfluss dieser Dehnungsverkürzungszyklus auf die B „Diesen Prozess versteht man noch nicht so ganz“, stellt Paternoster fest. Dafür braucht’s Forscher wie ihn, der Doktor aus Rege

– mjf

Mehr dazu

Ludwigsthal

Kaffee-Interview: „Die Arbeit macht immer noch Spaß“

Frauenau

Vorfreude auf die Kirwa steigt

Zwiesel

Nachbar beschneidet Pflanze: Anzeige

Zwiesel

„Bei Landschaften kann ich mich richtig austoben“

TU München Regen