

FORSØGSPERSONER SØGES



Akut fysiologisk respons til sprint- og udholdenhedstræning

Vi søger 10 trænede mandlige forsøgspersoner til videnskabeligt projekt omkring den akutte fysiologiske effekt af forskellige typer af cykeltræning.

Formål

Studiets formål er at undersøge de akutte fysiologiske effekter af forskellige typer af gentaget sprint og udholdenheds cykeltræning. Dette vil give os vigtig information i forhold til at forstå effekterne af forskelle træningsformer, og give anbefalinger til optimal træning for atleter og udøvere.

Forsøgsdesign

- 1 screeningsdag (vi fortæller alt om projektet og måler dit kondital på cykel)
- 3 forsøgsdage (1 dag om ugen i 3 uger) af ~4-5 timers varighed. Du cykler i 20-50 min ved forskellige intensiteter og hviler i resten af tiden.

Inklusionskriterier, du er/har

- Rask, mand i alderen 18-45 år,
- Cykeltrænet regelmæssigt (min. 2-3x/uge) de sidste 3 år.
- Et kondital over 55 ml/kg/min (bliver målt på screeningsdagen)

Invasive målinger (blod- og muskelprøver)

På forsøgsdage ilægges et kateter i armen hvorfra vi trækker op til 8 blodprøver (~30 ml blod). På hver forsøgsgdag tager vi muskelprøver (muskelbiopsi) (i hvile, lige efter cykling og 3t efter cykling). I de 3t efter cykling ligger du og hviler på en seng, men kan lave hvad du vil (computer, lektier, underholdning mm.).

Forsøgsperiode

Screeninger er planlagt at starte fra 3. uge (tirsdag d. 12/4) i april 2016. Projektet forventes at køre til sommer 2016, eller til vi har testet 20 personer.

Honorar

Der gives vederlag for deltagelse i projektet.

Kontakt

Lyder det interessant? - hvis ja, så skriv en mail til os på cykelstudie2016@gmail.com hvor du kort beskriver dig selv med **alder, vægt, højde, træningsstatus og træningstid per uge** og tilføj gerne dit telefonnummer, så vender vi tilbage hurtigst muligt.

De bedste videnskabelige hilsener,

Matteo Fiorenza, Ph.D Stud, Cand. Scient.
Peter Cox, Jacob Mikkelsen, Josephine Østergaard, Bach. Stud.
Thomas P. Gunnarsson, Ph.D, Cand. Scient.

Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet
Universitetsparken 13, 2100 Kbh Ø

