

# HAYS: Health in Adapted Youth Sports

## Gezondheidseffecten van sport bij kinderen en jeugdigen met een lichamelijke beperking of chronische ziekte

Karin van der Ende – Kastelijn, sportarts en onderzoeker & Kristel Lankhorst MSc. PT., onderzoeker

### Ben jij tussen de 10 en 19 jaar oud en heb jij een lichamelijke beperking of chronische ziekte?

(bijvoorbeeld: spina bifida, cp, jeugdreuma, na een oncologische behandeling, diabetes, epilepsie, hartaandoeningen, longziekten astma, en nog veel meer)

Dan zijn wij op zoek naar jou! We zoeken 150 sportende en niet sportende deelnemers.

#### En wil jij:

- weten hoe gezond en fit jij bent? weten hoe jij beweegt?
- weten hoe goed jouw aandacht en concentratie is?

Allemaal ja?

Doe dan mee aan dit leuke onderzoek!



### Doel van het onderzoek:

De uitkomsten van de verschillende testen vergelijken tussen de sportende en niet sportende groep kinderen en jongeren

**Wat testen we?** Naast onderstaande items gezondheidstesten (geen prik), schoolprestaties en wendbaarheid

**Uithoudingsvermogen met ademgasanalyse (VO2 Peak)**



**Sprintvermogen**



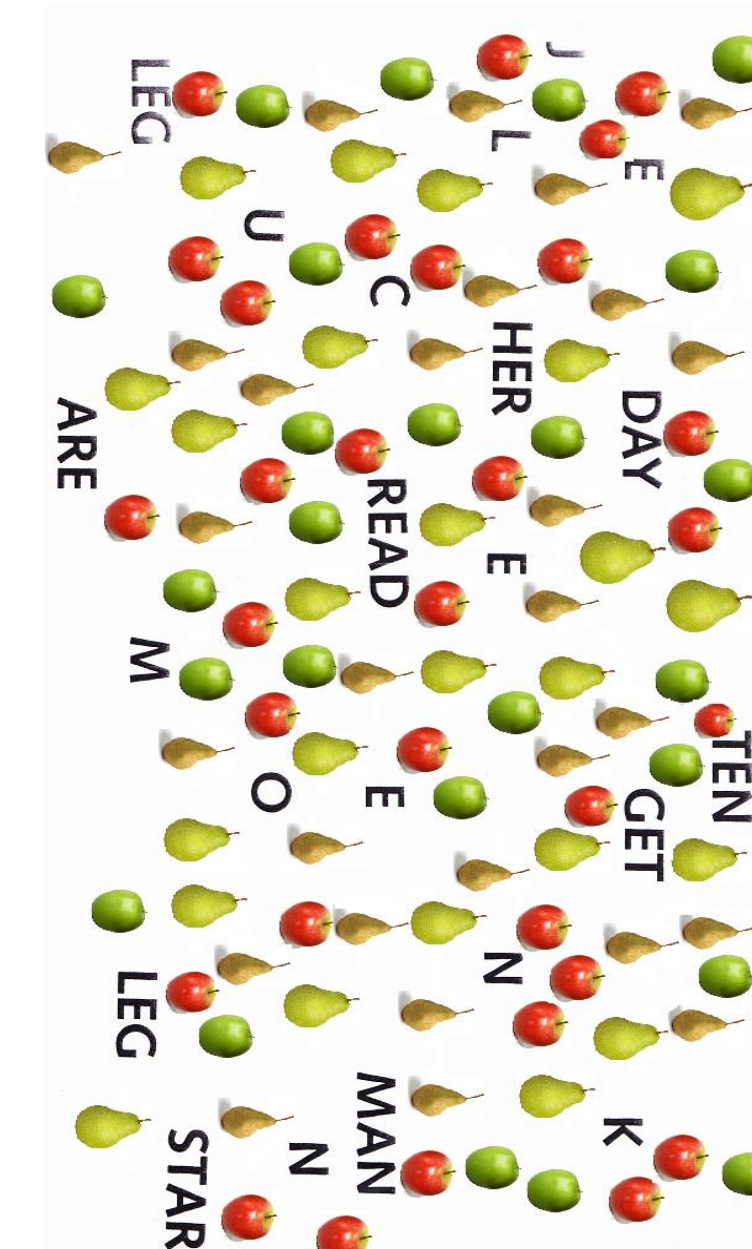
**Krachttesten**



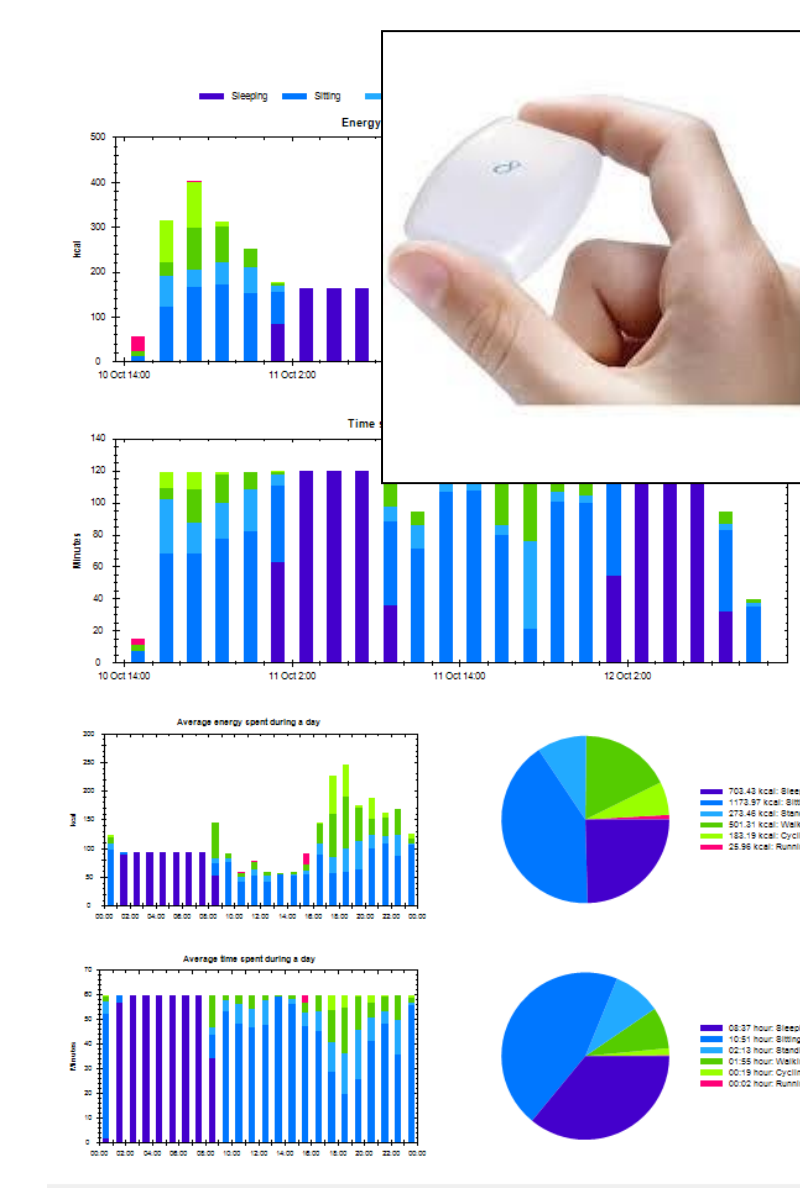
**Lenigheids-testen**



**Concentratie-testen op tablet**



**Blessure en activiteit (vragenlijsten en activiteitenmeter)**



### Hoeveel tijd kost het je?

De testdag duur ca. 3 uur. Daarna draag je een week lang een hartslagmeter en een activiteitenmonitor (beiden klein en kunnen tegen water). Gedurende een jaar rapporteer je nog blessures die ontstaan.

### Ben je geïnteresseerd?

Neem contact op met 1 van de onderzoekers door een mail te sturen of te bellen! Wij sturen je dan extra informatie op over het onderzoek en wat er van je verwacht wordt.

**CONTACTGEGEVENS** Email: [HAYS@hu.nl](mailto:HAYS@hu.nl)

Kristel Lankhorst tel: 0628309768

Karin van der Ende – Kastelijn tel: 0618955920

Twitter : [super-lab@superlabutrecht](https://twitter.com/super-lab@superlabutrecht)

Facebook: [super-lab.utrecht](https://www.facebook.com/super-lab.utrecht)