



„Funktionalität, Anwendungsfreundlichkeit und Sicherheit einer intelligenten mobilen Fitness-App (ParaGym) für Menschen mit Paraplegie: eine blockrandomisierte kontrollierte Pilotstudie“

**Liebe Parasportlerinnen und Parasportler,
liebe Interessierte,**

die Teilhabe an Sport-Angeboten ist für Rollstuhlfahrende häufig mit zahlreichen Herausforderungen verbunden. Trotz der steigenden Beliebtheit von Fitness- und Workout-Apps gibt es bisher keine zufriedenstellende Lösung für ein eigenständiges, personalisiertes Training im Rollstuhl. Mit **ParaGym** soll sich dies nun ändern. In dem vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten Verbundprojekt wird durch eine Zusammenarbeit des Unternehmens **Kernwerk®** mit der **Deutschen Sporthochschule Köln**, dem **Fraunhofer IAIS** und der **ITP GmbH** ein Prototyp einer Smartphone-App entwickelt, der täglich ein umfassendes Workout speziell für Menschen mit Paraplegie anbietet. Unterstützt wird dies durch das Tragen eines Sensorshirts, durch welches zusätzlich Vital- und Bewegungsparameter gemessen werden. Mehr zum Projekt findest Du auf unserer Website unter dem **QR-Code** rechts oder unter <https://paragym.de>.



Gehöre zu den Ersten, die ein personalisiertes Training mit der ParaGym-App erhalten!

Nach zwei Jahren Forschung und Entwicklung ist nun die **erste Testversion der ParaGym-App** bereit, von Dir getestet zu werden. Im Rahmen einer Machbarkeits-Studie möchten wir mit Deiner Hilfe die Funktionalität, Anwendungsfreundlichkeit und Sicherheit der App testen. Auf der Rückseite findest Du Informationen zum Studienverlauf.

Du hast Lust die erste Fitness-App speziell für Menschen mit Querschnittlähmung zu testen? Dann bewirb Dich über unsere Website (QR-Code) oder über unten aufgeführte Ansprechpartner:innen bis zum **31.12.2022** für eine Teilnahme an der ParaGym-Studie.

Wir freuen uns Dich kennenzulernen!

Dein ParaGym Team

Ansprechpartner:innen

Adrian Löscher

a.loescher@dshs-koeln.de

Janika Bolz

E-Mail: j.bolz@dshs-koeln.de

Telefon: +49 221 4982 5271



„Funktionalität, Anwendungsfreundlichkeit und Sicherheit einer intelligenten mobilen Fitness-App (ParaGym) für Menschen mit Paraplegie: eine blockrandomisierte kontrollierte Pilotstudie“

Voraussetzungen für die Studienteilnahme

- Chronische Paraplegie (>1 Jahr, Querschnittshöhe zwischen Th1-S5)
- Alter zwischen 18 und 67 Jahren
- Sporttauglichkeit
- Verfügbarkeit eines Smartphones mit Internetzugang
- Ausreichend gute Deutschkenntnisse, um alle dargelegten Informationen zu verstehen
- Fähigkeit zur Abgabe einer informierten Einwilligung

Studienverlaufsplan

