

### **Prävention von Sportverletzungen - Basketballer der TS Jahn starten Projekt mit BARMER und TU München**

München, 19. Februar 2018 – Die Basketball-Abteilung der Turnerschaft Jahn München startet in Kooperation mit der BARMER Bayern und der Technischen Universität (TU) München ein Präventionsprojekt aus dem Bereich der nachhaltigen Gesundheitsförderung im Sportverein. „Sportverletzungen gehören leider immer noch zum Alltag vieler Sportler. Um langfristig Spaß am Basketball-Spiel zu haben, ist Gesundheit eine Notwendigkeit. Mit dem Projekt wollen wir effektive Maßnahmen für eine nachhaltige Prävention von Sportverletzungen durch gezielte Gesundheitsförderung entwickeln“, erläutert Dr. Claudia Wöhler, Landesgeschäftsführerin der BARMER in Bayern bei der Auftaktveranstaltung mit über 100 Sportlern und Verantwortlichen der TS Jahn München.

#### **Verletzungen vorbeugen – Folgeschäden vermeiden**

In den kommenden beiden Jahren durchlaufen unter Anleitung von Ärzten, Sportwissenschaftlern, Athletiktrainern sowie weiteren Fachexperten über 500 Kinder und Jugendliche aller Jugendmannschaften ein spezielles Programm mit Inhalten aus dem Core-Training, gesunder Ernährung und gezielten Stressmanagement-Maßnahmen. Langfristiges Ziel ist es aktuelle Erkenntnisse zur Vermeidung von akuten und chronischen Sportverletzungen durch effektive und gesundheitsförderliche Maßnahmen zu erhalten. Neben dem Programm für die Kinder und Jugendliche werden alle Übungsleiter sowie die Eltern durch die Experten in Infoveranstaltungen und Workshops geschult und aktiv eingebunden.

Das Projekt wird von der TU München wissenschaftlich begleitet und soll nach positivem Erkenntnisgewinn auf weitere Abteilungen ausgeweitet werden, so dass möglichst alle 5.500 Mitglieder des Gesamtvereins davon profitieren.

**Landesvertretung**

**Bayern**

Landsberger Straße 187  
80687 München

[www.barmer.de/presse-bayern.de](http://www.barmer.de/presse-bayern.de)  
[www.twitter.com/BARMER\\_BY](https://www.twitter.com/BARMER_BY)  
[presse.bayern@barmer.de](mailto:presse.bayern@barmer.de)

Stefani Meyer-Maricevic  
Tel.: 0800 333 004 251 131  
[s.meyer-maricevic@barmer.de](mailto:s.meyer-maricevic@barmer.de)