Raske, mandlige motionscykelryttere søges til forsøg med kompressionstøj

---

Formålet med undersøgelsen

Kompressionstøj er blevet mere og mere populær i sportsverdenen, hvor studier har vist at det tætsiddende tøj har en positiv indflydelse på restitution efter fysisk aktivitet. Der er begrænset viden omkring brugen af kompressionstøj i cykelsporten og hvilken effekt denne kunne have. Vi vil, i samarbejde med *Adidas*, undersøge om kompressionstøjet ændre muskelaktivering i cykling.

Du kan deltage hvis du:

- Er en mand
- Er rask
- Er mellem 18-50 år
- Cykler mere end 50 km gennemsnitligt om ugen

Tidsplan

Du vil skulle møde op på *Fredrik Bajers Vej 7D, 9220 Aalborg* to gange. Hver af gangene vil have en varighed af ca. 1 time.

Ved første session måles din maximale Vo2-optagelse. Testen udføres på en ergometercykel, hvor et ergospirometer måler den maksimale iltoptagelse. Til denne del bedes du medbringe cykeltøj, samt cykelsko.

Ved anden session skal du cykle 3 gange af 5 minutter ved en fastsat intensitet med pauser imellem. Første gang cykles i normalt cykeltøj eller shorts. Anden og tredje gang cykles med to forskellige slags kompressionstøj. Til denne test vil vi måle dine musklers elektriske aktivitet for at se, om der skulle være ændringer mellem de tre tilstande. Disse vil blot blive klistret på dine muskler og kan ikke mærkes. Her bedes du ligeledes medbringe cykeltøj, samt cykelsko.

Hvad får du ud af det?

Resultaterne fra undersøgelsen vil blive udleveret til dig, og resultaterne fra din maximale Vo2-optagelse vil kunne bruges til din fremadrettede træning og effektivisere denne.

Interesseret?

Hvis du har lyst til at deltage, eller måtte have yderligere spørgsmål, så er du velkommen til at sende en mail til: Mkma17@student.aau.dk eller tlf: 27528108.

Vi glæder os til, at høre fra dig

Mads Kattrup Pedersen
Isabella Vianello
Andrew Bang Rosendal
Mads Kjær Madsen