

Inhaltsverzeichnis

1	Zusammenfassung.....	1
2	Einleitung.....	3
2.1	Definition von Übergewicht und Adipositas.....	3
2.2	Epidemiologie.....	4
2.2.1	Epidemiologie der Adipositas.....	4
2.2.2	Folgen und Krankheitswert der Adipositas.....	5
2.3	Ätiologie der Adipositas.....	6
2.3.1	Genetik.....	7
2.3.2	Energieaufnahme.....	7
2.3.3	Energieverbrauch.....	8
2.3.3.1	Bewegung und motorische Leistungsfähigkeit.....	9
2.4	Aspekte der körperlichen Aktivität und von Sport.....	10
2.4.1	Gesundheitsaspekt von Bewegung und Sport.....	10
2.4.2	Persönlichkeitsaspekt.....	11
2.4.3	Definitionen.....	12
2.4.4	Motorische Fähigkeiten.....	12
2.5	Therapie der Adipositas.....	14
2.5.1	Adipositas therapie - Indikationen, Ziele, Maßnahmen, Programme.....	15
2.5.1.1	Rolle des Sport in der Therapie der Adipositas.....	16
2.5.1.2	Ziele eines Sportprogramms in der Therapie.....	17
3	Ziele der Arbeit.....	18
4	Material und Methoden.....	19
4.1	Probanden.....	19
4.2	Methoden.....	20
4.2.1	Anthropometrie.....	20
4.2.2	Sportübungen.....	22
4.2.2.1	Sporttestbeschreibung.....	23
4.2.3	Pedometer.....	26
4.2.4	Familienanamnese und Freizeitverhalten.....	27
4.3	Statistik.....	27
4.3.1	BMI und BMI-SDS.....	27
4.3.2	Statistische Methoden.....	29

5	Ergebnisse	31
5.1	Ergebnisse der Untersuchungen zum Zeitpunkt T1	31
5.1.1	Ergebnisse in der Anthropometrie	31
5.1.2	Ergebnisse der Sporttests zum Zeitpunkt T1	34
5.2	Veränderungen der Ergebnisse vom Zeitpunkt T1 zu T2	36
5.2.1	Veränderungen bei den anthropometrischen Parametern	36
5.2.2	Veränderungen der Sporttestergebnisse von T1 zu T2	40
5.2.2.1	MFT	45
5.2.2.2	Liegestütz	48
5.2.2.3	6-Minuten-Walk	49
5.3	Anamnestische Daten	50
5.3.1	Pedometerresultat	50
5.3.2	Freizeitverhalten	51
5.3.3	Soziale Faktoren	52
5.4	Korrelation- Zusammenhänge zwischen anthropometrischen, sportlichen und anamnestischen Faktoren	54
5.4.1	Zusammenhänge zwischen anthropometrischen Parametern und sozialen Faktoren	55
5.4.2	Zusammenhänge zwischen den Sporttestergebnissen T1 und anthropometrischen/ sozialen Faktoren	58
5.4.3	Zusammenhänge zwischen Pedometerschrittzahl und sozialen / sportlichen Faktoren	60
5.5	Regression- Zusammenhänge zwischen anthropometrischen, sportlichen und sozialen Faktoren	61
5.5.1	Zusammenhänge zwischen anthropometrischen und sozialen Parametern	61
5.5.1.1	BMI-SDS	62
5.5.1.2	Δ BMI-SDS T2-T1	63
5.5.2	Zusammenhänge zwischen anthropometrischen Merkmalen und erzielten Sporttestergebnissen	63
5.5.2.1	BMI-SDS	65
5.5.2.2	Δ - BMI-SDS T2-T1	65
5.5.2.3	Δ - FFM T2-T1	66
5.5.2.4	Fettmasse T1	66
5.5.2.5	Tailenumfang T1	67

5.5.2.6	HFD des Trizeps.....	67
5.6	Zusammenfassung der Ergebnisse.....	68
5.6.1	Anthropometrie.....	68
5.6.2	Sport.....	68
5.6.3	Anamnese	68
5.6.4	Zusammenhänge zwischen Anthropometrie, Sport und Anamnese	69
6	Diskussion.....	70
6.1	Anthropometrische Daten.....	70
6.2	Sporttestergebnisse	80
6.3	Zusammenhang zwischen sportlicher Leistung und anthropometrischen Parameter	92
6.4	Anamnestische Daten	93
6.4.1	Pedometer	93
6.4.2	Freizeitverhalten	95
6.4.3	Soziale Faktoren	96
7	Schlussfolgerung.....	99
8	Literatur- und Quellenverzeichnis	100