

### Zur Vermeidung von Laufverletzungen: Garmin setzt globale Studie auf

**Laufen fördert die sportliche Leistungsfähigkeit, erhöht das Wohlbefinden und stärkt das Immunsystem – diese und weitere Vorteile des Ausdauersports sind gemeinhin bekannt. Da aber deutlich mehr Menschen mit laufbedingten Verletzungen zu kämpfen haben als man vermutet, arbeitet Garmin im Rahmen einer global angelegten Studie mit RUNSAFE zusammen, um die Gesundheitsrisiken beim Laufen zu untersuchen.**

**Neuhausen am Rheinfall, 10. Juli 2019** – »Vogel fliegt, Fisch schwimmt, Mensch läuft«. Das erkannte schon der legendäre Leichtathlet Emil Zátopek, der überspitzt zum Ausdruck bringen wollte, wie viel ihm der Laufsport bedeutet. Und Laufen ist zweifelsohne ein wunderbarer Sport, jedenfalls solange man fit und gesund ist. Es wird erst dann ärgerlich, wenn man sich eine Laufverletzung zugezogen hat, die eigentlich vermeidbar gewesen wäre. Diesem Thema nimmt sich Garmin mit der dänischen Forschungsgruppe RUNSAFE nun an. Die Forschungsstudie soll dazu beitragen, laufbedingte Verletzungen frühzeitig zu erkennen und folglich zu vermeiden.

Besteht ein Zusammenhang zwischen persönlichen Merkmalen (wie bspw. Körpergröße & -gewicht) und einem erhöhten Risiko von Laufverletzungen? Eine an der dänischen Universität Aarhus operierende Forschungsgruppe geht genau dieser Fragestellung nach und versucht herauszufinden, wie sich Veränderungen beim Laufen auf verschiedene gesundheitsbezogene Faktoren auswirken. Mit den erhobenen Daten der derzeit laufenden Studie, bekommt Garmin ein besseres Verständnis für die Ursachen von Laufverletzungen und kann letztendlich mit besseren Präventionsstrategien durch Echtzeit-Feedback während der Läufe und Trainingseinheiten darauf reagieren. Davon profitieren schlussendlich vor allem die Läufer selbst.

#### Gebündelte Erfahrung und fachspezifisches Know-How

Bereits seit 2010 führt die dänische Forschungsgruppe RUNSAFE Studien mit den unterschiedlichsten Läufertypen durch, um neuartige Lauf- & Trainingspläne zu entwickeln, die von Läufern jedes Leistungsniveaus gleichermassen verwendet werden können und weniger lauf-spezifische Verletzungen provozieren.

RUNSAFE ist hauptsächlich dem Department of Public Health der Universität Aarhus angegliedert. Sie unterstützen und entwickeln Initiativen, die darauf abzielen, eine Lösung für umfangreiche Datenerfassungen und Datenspeicherung von Läufern weltweit zu schaffen. Um auch in der Forschung Spitzenleistungen zu erreichen, arbeitet RUNSAFE daher regelmässig mit Unternehmen, Organisationen und Sportverbänden zusammen.

Die internationale Studie von Garmin und RUNSAFE läuft bis zum 31. Dezember 2020 und steht Läufern jedes Niveaus offen. Die Anmeldung erfolgt über den folgenden Link: <https://garmin-runsafe.com/access/register>



#### Unternehmenskontakte DACH:

Garmin Deutschland GmbH  
Parkring 35  
D-85748 Garching

Marc Kast (PR Manager)  
Tel.: +49 (0)89-85 83 64-925  
E-Mail: [marc.kast@garmin.com](mailto:marc.kast@garmin.com)

Tatjana Ziegelmeier (PR Specialist)  
Tel.: +49 (0)89-85 83 64-626  
E-Mail: [tatjana.ziegelmeier@lhk.de](mailto:tatjana.ziegelmeier@lhk.de)

#### Pressekontakt Agentur DACH:

LoeschHundLiepold Kommunikation  
GmbH  
Tegernseer Platz 7  
D-81541 München

Johannes Terracciano  
E-Mail: [garmin@lhk.de](mailto:garmin@lhk.de)  
Tel.: 089-72 01 87 -296

Weitere Informationen und hochauflösendes Bildmaterial gibt es unter <http://www.garmin.de/presse/>



Garmin auf Youtube: [www.youtube.com/GarminD](http://www.youtube.com/GarminD)



Garmin auf Facebook: [www.facebook.com/GarminD](http://www.facebook.com/GarminD)



Garmin auf Twitter: [www.twitter.com/GarminDach](http://www.twitter.com/GarminDach)



Garmin Online-Magazin: [www.beatyesterday.org](http://www.beatyesterday.org)

## PRESSEINFORMATION



Offizieller Garmin Blog: [www.gps.de](http://www.gps.de)

### Über Garmin

Garmin entwickelt seit 30 Jahren innovative Produkte für Piloten, Segler, Autofahrer, Golfspieler, Läufer, Fahrradfahrer, Bergsteiger, Schwimmer und für viele aktive Menschen. 1989 von den Freunden und Luftfahrt-Ingenieuren Gary Burrell und Min Kao gegründet, hat das Unternehmen seither rund 200 Millionen Produkte verkauft und ist damit globaler Marktführer in den Tätigkeitsbereichen Automotive, Fitness, Outdoor, Marine und Aviation. 13.000 Mitarbeiter arbeiten heute weltweit in 60 Niederlassungen daran, ihre Kunden ganz nach dem Motto #BeatYesterday dabei zu unterstützen gesünder zu leben, sich mehr zu bewegen, wohler zu fühlen, oder Neues zu entdecken. Über 35 Millionen Garmin Connect Nutzer lassen sich davon täglich motivieren und inspirieren. Garmin zeichnet sich durch eine konstante Diversifikation aus, dank derer Fitness & Health Tracker, Smartwatches, Golf- und Laufuhren erfolgreich etabliert werden konnten. Das Unternehmen mit Hauptsitz in Schaffhausen (CH) ist in der DACH-Region mit Standorten in Garching bei München (D), Graz (A) und Neuhausen am Rheinfall (CH) vertreten. In Würzburg (D) wird ausserdem ein eigener Forschungs- und Entwicklungsstandort unterhalten. Ein zentrales Erfolgsprinzip ist die vertikale Integration: Die Entwicklung vom Entwurf bis zum verkaufsfertigen Produkt sowie der Vertrieb verbleiben weitestgehend im Unternehmen. So kann Garmin höchste Flexibilität sowie Qualitäts- und Designstandards garantieren und seine Kunden täglich aufs Neue motivieren.