



# IDROTTSHÖGSKOLANS FORSKNINGSDAG

Torsdag 9 maj 2019

Humanisthuset kl. 9-16

**K**onferensen vänder sig till dig med intresse för idrott. Personal och studenter vid Umeå universitet likväl som externa åhörare, alla är ni varmt välkomna!

Programmet är fyllt till bredden med forskare inom IH:s forskningsnätverk som på ett populärvetenskapligt sätt kommer att presentera sin senaste forskning inom idrottsområdet.

Dagen är gratis för anställda och studenter vid Umeå universitet. Deltagaravgift för övriga åhörare är 200 kr, i priset ingår fm/em kaffe och lunch.

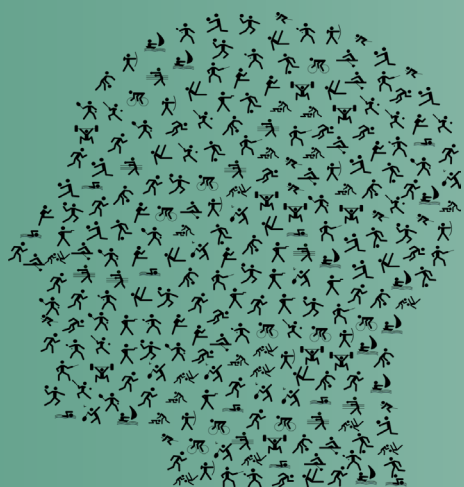
Deltagaravgiften betalas via Swish 123 24 19 737 eller bankgiro 5050-0719, ange ditt namn i meddelanderaden. För faktura (plus moms) kontakta [anna.norell.lindgren@umu.se](mailto:anna.norell.lindgren@umu.se).

För alla som ingår i Idrottshögskolans nätverk (idrottsforskare, idrottsdoktorander, lärare och administrativ personal) arrangeras en pubkväll med middag (dryck till självkostnadspris) från kl. 18:00 i personalrummet på Idrottshögskolan.

Anmälan: [websurvey.textalk.se/start.php?ID=122964](https://websurvey.textalk.se/start.php?ID=122964)

Sista anmälningsdag 29 april.

*Vi ses!*



IDROTTSHÖGSKOLAN  
UMEÅ UNIVERSITET



Riksidrottsuniversitet

# Program

Torsdag 9 maj 2019

Humanisthuset, Umeå universitet



IDROTTSHÖGSKOLAN  
UMEÅ UNIVERSITET



Riksidrottsuniversitetet

8:45-9:30	<b>Registrering och fika</b>	
	<b>Hörsal E</b>	<b>Hörsal F</b>
9:30-9:50	<b>Välkomna!</b> Information från Idrottshögskolan och inledning av Dieter Müller, vice rektor Umeå universitet.	
9:50-10:20	<b>Forskning som strategi att utveckla svensk idrott.</b> Jenny Svender, forskningsansvarig & Kent Lindahl, RIU-ansvarig, Riksidrottsförbundet.	
10.35-10.55	<b>Ulrika Aasa (SR):</b> Erfarenhet, tyckande och forskning gällande knäböj och marklyft.	<b>Nikolai Stenfors (FK):</b> Kyla, fysisk aktivitet och luftvägar.
11.00-11.20	<b>Josef Fahlèn (P):</b> Demokratins grindvakter – en studie av valberedningars jakt på "rätt" styrelseledamöter.	<b>Andreas Hult &amp; Sanna Vikberg (FK):</b> Funktionell styrketräning i 70-årsåldern bibehåller muskelfunktion och ger ökad muskelmassa.
11.25-11.45	<b>Lisbeth Wikström Frisen (IME):</b> Anpassning av träning utifrån menscykeln för optimal och hälsosam prestationsutveckling inom lagidrott.	<b>Magnus Ferry (P):</b> Skillnader i fysiska aktivitetsvanor mellan män och kvinnor – det beror på hur och vad man mäter.
11.50-12.10	<b>Louise Davis (PS):</b> Fuelling High Quality Coach-Athlete Relationships in Elite Sport *	<b>Claes-Göran Sundell (SR):</b> Ländryggsbesvär hos idrottsaktiva ungdomar
12.15-13.15	<b>LUNCH OCH UTSTÄLLNING.</b> IH bjuder på en lättare lunch. OBS, anmälan krävs!	
13.15-13.35	<b>Apostolos Theos (IME):</b> Effekter av bålstaabilitetsträning på funktionell balans och åk-ekonomi hos junior elit-längdskidåkare.	<b>Mattias Hedlund (SR):</b> Anpassad och doserad cykelsprintintervallträning för äldre.
13.50-14.10	<b>Inger Eliasson (P):</b> Emotionella övergrepp inom barnidrott.	<b>Nina Lindelöf (SR):</b> Seniorers upplevelse av träning med högintensiva cykelsprintintervaller.
14.15-14.35	<b>Sabine Björk &amp; Marcel Ballin (FK):</b> Hur skapar vi en effektiv och hållbar träningsmetod att utföra i hemmet med digitalt stöd?	<b>Paul Davis (PS):</b> Examining alpine coaches' and athletes' perceptions of adaptations to stress in the classroom and on the slopes. *
14.35-14.50	<b>PAUS OCH KAFFE</b>	
14.50-15.10	<b>Tor Söderström (P):</b> Varför producerar vissa regioner elitfotbollspelare och andra inte?	<b>Anna Nordström (FK):</b> Objektiva mått på fysisk aktivitet och risken för kardiovaskulär sjukdom.
15.15-15.35	<b>Johan Lindholm (J):</b> Vilka är idrottens högsta domare? Om skiljemännen i CAS.	<b>Christer Malm (IME):</b> "Myter inom idrott" – När åsikter förväxlas med fysiologisk fakta.
15.35-16.00	<b>Tack för idag!</b>	<b>Tack för idag!</b>

Förkortning för institutionen: J=Institutionen för juridik, IME= Idrottsmedicinska enheten, P=Pedagogiska institutionen, PS=Institutionen för psykologi, SR= Institutionen för samhällsmedicin och rehabilitering, FK= Inst. för folkhälsa och klinisk medicin.

\* Föreläsningen ges på engelska/The lecture will be held in English.