

Pressemitteilung

Deutsche Sporthochschule Köln

Sabine Maas

25.08.2023

<http://idw-online.de/de/news819567>

Buntes aus der Wissenschaft
Sportwissenschaft
überregional



Deutsche
Sporthochschule Köln
German Sport University Cologne

Was wir von den Bergen lernen können

Neue Folge des Wissenschaftspodcast zur Forschung in großen Höhen, zu Bergsport und den Auswirkungen des Klimawandels

Draußen in der Natur aktiv zu sein, ist für viele Menschen eine beliebte Freizeitaktivität. Sie können vom Alltag abschalten, Stress hinter sich lassen und fühlen sich mit der Natur verbunden. In neuen Folge des Wissenschaftspodcasts der Deutschen Sporthochschule Köln „Eine Runde mit ...“ geht es vor allem ums Wandern, Klettern und Bergsteigen. Zu Gast ist Dr. Mirjam Limmer, eine echte Bergsteigerin. Sie war schon auf mehreren Expeditionen im Himalaya und sie ist staatlich geprüfte Berg- und Skiführerin. Damit zählt sie zu den ganz wenigen Frauen, die diese Ausbildung in Deutschland machen.

Dr. Mirjam Limmer ist wissenschaftliche Mitarbeiterin im Institut für Outdoor Sport und Umweltforschung der Deutschen Sporthochschule Köln und leitet das Lehr- und Forschungsgebiet Berg- und Klettersport. Im Podcast spricht sie über ihre Erlebnisse in großen Höhen, über ihre Lehre und Forschung, das Profibergsteigen und darüber, wie sich der Klimawandel in den Bergen zeigt.

Diesen Sommer gab es bereits einige Medienberichte von großen Felsstürzen in den Bergen. Im österreichischen Bundesland Tirol brach sogar ein ganzer Gipfel samt Gipfelkreuz ab. Der Klimawandel begünstige solche Ereignisse und habe damit auch einen großen Einfluss auf den Bergsport und den Outdoorsport allgemein, erklärt Bergführerin Dr. Mirjam Limmer: „Durch die hohen Temperaturschwankungen haben wir aktuell Probleme mit großen Felsstürzen. Das hängt mit dem Abtauen des Permafrostes zusammen – der Klebe für den Berg.“ Im Wissenschaftspodcast schildert sie die Hintergründe, nennt weitere Beispiele und ordnet ein, welche Herausforderungen auf die betroffenen Regionen zukommen, auch dadurch, dass es immer mehr Menschen in die Berge zieht. „Bergführer*innen können sich aktuell nicht vor Anfragen retten. Vor allem seit der Corona-Pandemie ist ein immenser Anstieg der Nutzungszahlen in den Bergen aufgekommen“, hält die Wissenschaftlerin fest.

Auch ihre Forschung betreibt Dr. Mirjam Limmer in großen Höhen, um herauszufinden, welchen Einfluss der Sauerstoffmangel in der Höhe (Hypoxie) auf unseren Körper hat. In ihrer Doktorarbeit hat sie zum Beispiel untersucht, ob es über die Ernährung möglich ist, die reduzierte anaerobe Leistungsfähigkeit, die in der Höhe vorliegt, abzumildern. Außerdem spricht sie im Podcast über Frauen am Berg, den Expeditionskader des Deutschen Alpenvereins und die Ausbildung zur staatlich geprüften Berg- und Skiführerin.

„Eine Runde mit ...“ ist auf allen gängigen Podcast-Plattformen und auf der Website der Deutschen Sporthochschule Köln zu finden: <https://www.dshs-koeln.de/einerundemit>.

wissenschaftliche Ansprechpartner:

Dr. Mirjam Limmer
Institut für Outdoor Sport und Umweltforschung

+49 221 4982-4080
m.limmer@dshs-koeln.de

Originalpublikation:
www.dshs-koeln.de/einerundemit

URL zur Pressemitteilung: <http://www.dshs-koeln.de/einerundemit>



Eine Runde mit...



Podcastlogo

