



PARIS
LODRON
UNIVERSITÄT
SALZBURG

Wie wirkt sich Schlaf auf Schmerzen & Erholung aus?

WIE SCHLÄFST DU?

Verletzte Sportler*innen gesucht

- 18-30 Jahre
- normalerweise ≥ 4 h Sport/Woche & Teilnahme an Wettkämpfen
- Sportverletzung/Operation
 - idealerweise max. 14 Tage zurückliegend
 - mind. 8 Tage Sportpause



Studienablauf

- 11 Tage / 10 Nächte
- morgens & abends kurze Fragebögen ausfüllen
- Optional: objektive Schlafmessung mit Polar-Sensor & sleep²

DEINE VORTEILE

Individuelle
Schlafanalyse

Beitrag zur
Regenerations- &
Schlafforschung

Als Dankeschön
sleep² PRO
1 Monat kostenlos*



Teilnahme & mehr Infos

*Optional, vorbehaltlich verfügbarer Kapazitäten, 1 Monat direkt nach Studienende, Bedingungen siehe QR-Code.



Kontakt: Lea Beham - lea.beham@stud.plus.ac.at