

2013-02-11

Omfattande forskning på löpteknik i orientering

Svenska Orienteringsförbundet driver tillsammans med Nationellt Vintersportcentrum på Mittuniversitetet ett omfattande forskningsprojekt. I veckan presenterades ett första resultat av den forskning som gjorts på 21 testpersoner, varav flera landslagslöpare.

Peter Öberg driver projektet för Svenska Orienteringsförbundet tillsammans med framför allt forskaren Kim Hébert-Losier, Mittuniversitetet. Forskningen "Mechanical, muscular, and performance measures from running on varying surfaces in orienteer athletes" är unik och genomförd med avancerad 3D-filmning för att på detaljnivå kunna studera biomekanik och muskelfunktion. Kim Hébert-Losier har jämfört elitlöpare med motionärer och tittat på löptekniska skillnader på väg, stig och i terräng. Undersökningen är omfattande och det finns stora mängder data att analysera. Efter att ha analyserat hälften av testpersonernas data kan Kim Hébert-Losier idag se vissa tendenser.

– En tendens är att elitlöparna är relativt sett betydligt snabbare på ojämnt underlag än på väg. Det kanske inte är förvånande, men det är inget som har kunnat bevisas i undersökning tidigare, säger Kim Hébert-Losier. Svaren på var som är orsaken till skillnaden hoppas Kim Hébert-Losier hitta i de biomekaniska data.

Forskningsprojektet är en del i landslagsledningens arbete för att skapa världens bästa landslag och tanken är att resultatet ska kunna användas av tränare och av enskilda löpare för att utveckla bättre löpteknik i skog. Johan Runesson, Ola Martner, Johan Högstrand, Lina Strand, Helena Jansson och Maria Magnusson är några av de elitorienterare som har testats.

I Skogssport nummer 2 som kommer ut i mitten av mars går det att läsa ett längre reportage om forskningsprojektet, med resultat och analyser samt intervjuer med testledare och testpersoner.

Det hade varit intressant om Jerker Lysell varit med för han kan ju springa både snabbt i skog och på väg.

Skrevs av Sven W 2013-02-12 kl 20:24

[Anmäl](#)