

PRESSEMITTEILUNG

Zur sofortigen Freigabe

Luxemburg, 27 März 2025

Neue groß angelegte Studie zur Untersuchung der Dämpfung von Laufschuhen und der Verletzungsprävention

Luxembourg Institute of Health und Decathlon kooperieren bei innovativer Forschung mit über 1.000 Läufern

Die Forschungsgruppe „Physical Activity, Sport and Health“ (PASH) des Luxembourg Institute of Health (LIH) startet in Zusammenarbeit mit dem französischen Sportartikelhersteller Decathlon eine ehrgeizige neue Studie zur Untersuchung der Rolle der Laufschuh-Dämpfung bei der Verletzungsprävention. Im Rahmen dieses groß angelegten Projekts wird über einen Zeitraum von sechs Monaten der Einfluss verschiedener Dämpfungslösungen auf das Verletzungsrisiko bei über 1.000 Läufern analysiert.

Die Studie wird insbesondere untersuchen, wie das Dämpfungsmaterial im hinteren und vorderen Bereich der Laufschuhe die Verletzungswahrscheinlichkeit beeinflusst. Drei verschiedene Schuhmodelle werden getestet. Jeder Teilnehmer erhält ein kostenloses Paar Laufschuhe und teilt seine Laufdaten über seine Sportuhr. Die Teilnehmer werden außerdem wöchentlich über eine spezielle Webanwendung über etwaige Verletzungen berichten und die Schuhe am Ende der Studie zur weiteren Analyse zurückgeben. „Diese neue Studie baut auf einer langen und erfolgreichen Zusammenarbeit mit Decathlon auf und soll neue Erkenntnisse über den Einfluss der Dämpfung auf das Verletzungsrisiko liefern“, erklärt Dr. Laurent Malisoux, Leiter der PASH-Gruppe am LIH.

Cédric Morio von Decathlon ergänzt: „Als führender Entwickler und Hersteller von Sportausrüstung freut sich Decathlon mit Kiprun, gemeinsam mit dem LIH an dieser wichtigen Studie zu arbeiten. Das Verständnis der Rolle der Laufschuhkonstruktion bei der Verletzungsprävention wird dazu beitragen, die Gesundheit und das Wohlbefinden von Läufern weltweit zu verbessern.“

Diese Forschung knüpft an eine frühere groß angelegte Studie des LIH und Decathlon an, die zwischen 2017 und 2020 durchgeführt wurde. Dabei wurden mehr als 24.000 Laufeinheiten mit insgesamt 220.000 km von über 800 Freizeitläufern analysiert. Die Ergebnisse zeigten, dass eine stärkere Dämpfung mit einem geringeren Verletzungsrisiko verbunden war. Insbesondere Läufer mit weniger gedämpften Schuhen hatten ein um 52 % höheres Verletzungsrisiko. Die häufigsten Verletzungen betrafen die Knöchel (26 %), Knie (22 %) und Unterschenkel (18 %). Diese Erkenntnisse unterstreichen die Bedeutung der Schuhkonstruktion für die Verletzungsprävention, insbesondere bei leichteren Läufern, die mit weniger gedämpften Schuhen anfälliger für Verletzungen waren.

Mit dieser neuen Studie wollen die Forscher des LIH die Eigenschaften der Dämpfung weiter untersuchen, insbesondere neuartige „extra weiche“ Schaumstoffpolsterungen im hinteren und vorderen Bereich des Schuhs, und deren Auswirkungen auf das Verletzungsrisiko. Die Ergebnisse sollen wertvolle Hinweise für Läufer und Schuhhersteller liefern und zukünftige Designs zur besseren Verletzungsprävention und Leistungssteigerung beeinflussen.

Die Forscher laden alle Interessierten ein, sich [über die LIH-Website](#) für die Teilnahme an der Studie zu bewerben.

Über das Luxembourg Institute of Health: Research dedicated to life

Das Luxembourg Institute of Health (LIH) ist ein öffentliches biomedizinisches Forschungsinstitut, das sich auf Präzisionsmedizin ausrichtet, mit dem Ziel, eine führende Referenz in Europa für die Umsetzung wissenschaftlicher Spitzenleistungen in einen greifbaren Nutzen für Patienten zu werden.

Das LIH stellt den Patienten in den Mittelpunkt seiner Aktivitäten. Angetrieben von der gemeinschaftlichen Verpflichtung gegenüber der Gesellschaft, sollen Wissen und Technologien, die aus der Forschung an patienteneigenen Daten stammen, genutzt werden, um einen direkten Einfluss auf die Gesundheit der Bevölkerung zu haben. Seine engagierten Teams aus multidisziplinären Forschern streben nach Exzellenz und generieren relevantes Wissen im Zusammenhang mit immunbezogenen Krankheiten und Krebs.

Das Institut setzt auf Kooperation, zukunftsweisende Technologien und Prozessinnovationen als einzigartige Möglichkeiten zur Verbesserung der Anwendung von Diagnostika und Therapeutika mit dem langfristigen Ziel, Krankheiten vorzubeugen.

Über Decathlon und Kiprun

KIPRUN ist eine Spezialmarke der DECATHLON-Gruppe, die sich dem Straßen- und Traillauf widmet. Ihre Ingenieure, Designer und Produktmanager entwickeln immer technischere und innovativere Produkte sowie Dienstleistungen, um das Laufen auf Straße und Trail zu erleichtern. KIPRUN deckt 100 % der Bedürfnisse von Läufern ab und ermöglicht es ihnen, sich ganz auf das pure Laufvergnügen zu konzentrieren!

DECATHLON ist ein innovativer Hersteller und Entwickler von Sportartikeln für alle Leistungsniveaus. Mit 101.000 Mitarbeitern und 1.750 Filialen weltweit verfolgt DECATHLON seit 1976 ein stetiges Ziel: Menschen durch die Faszination des Sports in Bewegung zu bringen, um ihre Gesundheit und ihr Glück für eine nachhaltige Zukunft zu fördern.

Scientific contact:

Dr. Laurent Malisoux

Group Leader, Physical Activity, Sport & Health (PASH)

Luxembourg Institute of Health

Email: Laurent.malisoux@lih.lu

Press contact:

Arnaud D'Agostini

Head of Marketing and Communication

Luxembourg Institute of Health



Tel: +352 26970-524

Email: communication@lih.lu

