

## SUCCESS STORY #19

# Sportlertestungen im Hong Kong Sports Institute

WTS als Feedback-Tool, um das Training von Sportlern anzupassen

## AUFTRAGGEBER



Hong Kong Sports Institute  
[www.hksi.org.hk](http://www.hksi.org.hk)

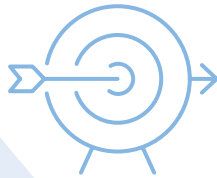
- Sport Institut in Sha Tin, New Territories, Hong Kong
- Ausbildung von Spitzensportlern
- Angebot akademischer Qualifikationen im Bereich des Sporttrainings
- Allgemeine Trainingsbetreuung
- Angewandte Forschung

## Ausgangssituation



Sportler müssen regelmäßig getestet werden. Die Hauptkriterien für die Bewertung sind Konzentration, Aufmerksamkeit und Reaktion, z. B. reaktive Belastbarkeit mit dem Determinationstest (DT). Oft werden Sportler nach Sportverletzungen und während der Rehabilitationsphase getestet. Dr. Li erklärt, dass er schon während seines Studiums in Australien nach einem System zur digitalen psychologischen Diagnostik suchte, damals jedoch ohne Erfolg.

## Projektziel & Herausforderung



Ziel war es, anhand des Wiener Testsystems (WTS) Einblicke in die kognitive Fähigkeit eines Sportlers wie Reaktion und Konzentration, aber auch in deren Motivation und Stress zu bekommen. Ebenso war es von Interesse, die Anwendung der Tests in realen Sportsituationen zu testen, um Informationen darüber zu erhalten, wie sich die Leistung unter verschiedenen Umständen ändert.

## Projektablauf



Es wird oft als gewisses Risiko empfunden, ein System im Ausland zu kaufen. Die Sportler und Trainer standen einem neuen Prozess ebenfalls skeptisch gegenüber. Nachdem sie jedoch die Möglichkeiten, die das WTS bietet, erkannt hatten, waren sie von dessen Vorteilen überzeugt.

Eine der größten Herausforderungen war die Logistik. Es musste möglich sein, Sportler schnell zu testen und sofort die Ergebnisse zu erhalten.

Digitale Bewertungen mit dem WTS sind zeitsparend und haben den Vorteil, dass die Testberichte sofort nach der Bewertung zur Verfügung stehen. Die Tests werden hauptsächlich für Einzelsportarten eingesetzt, die eine hohe Konzentration auf die Aufgabe erfordern, wie Fechten, Karate oder Radfahren.

In letzter Zeit wurden die Tests auch für E-Sport eingesetzt und haben sich als sehr nützlich erwiesen.

Wie wertvoll das WTS ist, zeigt sich dadurch, dass die Ergebnisse in sehr guter Korrelation zur Leistungssteigerung stehen. Dr. Li zieht sogar in Erwägung, eine wissenschaftliche Studie dazu zu veröffentlichen.

Das Institut hat ein Team von Trainern für physische und technische Fähigkeiten, die mit den Sportpsychologen zusammenarbeiten. Die Psychologen geben den Sportlern Feedback und beziehen die Trainer in den Prozess ein.

## Lösung & Ergebnis



Diese Ergebnisse konnten erzielt werden:

- Das HKSI setzt die Tests hauptsächlich für Einzelsportarten ein, die eine hohe Konzentration erfordern, aber auch für ihre Rugby Mannschaft kommt das WTS zum Einsatz
- Der Einsatz hat sich auch bei E-Sports als nützlich erwiesen.
- Wie wertvoll das WTS ist, zeigt sich dadurch, dass die Ergebnisse in sehr guter Korrelation zur Leistungssteigerung stehen.

Die Ergebnisse sind für die Sportler sehr interessant, weil sie ihren eigenen Status viel objektiver mit dem ihrer Teamkollegen vergleichen können. Außerdem können sie so eine Trendänderung erkennen und ihr Training effektiver anpassen.

„SCHUHFRIED bietet jederzeit schnelle und sehr kompetente Beratung. Neue Teammitglieder sind von dem System sehr angetan und möchten es sogar ausweiten.“

Dr. Henry Li, Doktor in  
angewandter Psychologie

**Für Sie auch interessant?**  
Kontaktieren Sie uns oder Ihren  
lokalen SCHUHFRIED Partner!

[info@schuhfried.com](mailto:info@schuhfried.com)  
[www.schuhfried.com](http://www.schuhfried.com)