# ***Fragebogen Masters Wasserball***

Alter:

Größe:

Gewicht:

Geschlecht: männlich O weiblich O

Raucher: ja O nein O

Alkohol: ja O nein O

Regelmäßig ja O nein O

Wenn ja wie viel?

Frühere Spielklasse während der aktiven Zeit?

Bundesliga O

2. Bundesliga O

Regionalliga

Oberliga O

Verbandsliga O

Bezirksliga O

Nationalspieler? Ja O nein O

Wenn ja Erwachsenen O
Jugend O

Über welchen Zeitraum von bis

Teilnahme an:

Olympia O

WM O

EM O

Derzeitige Trainingshäufigkeit pro Woche:

1x O
2x O
3X O
4x O
➢ 4x O

Trainingsumfang pro Trainingseinheit:

Schwimmen: bis 1000m O
1000-1500m O
1500-2000m O
2000m und mehr O

Wasserball Ball und Technik: Zeitangabe ca. min

Bestanden Trainingsunterbrechungen zwischen aktiver und Masters Zeit:

ja O nein O

Wurde durchgehend trainiert ja O nein O

Noch Teilnahme an Ligaspielen? Ja O nein O

Wenn ja welche Spielklasse und wie oft?

Nur noch Masters Spiele: ja O nein O

Bestehen Erkrankungen?

Herzerkrankungen:

Koronare Herzkrankheit O
Angina pectoris O

Herzrhythmusstörungen O

Dilatative Kardiomyopathie O

Angeboren Klappenfehler O

Vorhofseptumdefekt O

Ventrikelseptumdefekt O

Pulmonalklappenstenose O

Aortenisthmusstenose O

Peri- und Myokarditis O

Arterielle Hypertonie O

Lungenerkrankungen O

Andere Innere Erkrankungen

Tumorerkrankungen (Krebs)

Skelett- und Muskelerkrankungen:

Hüft-, Knie-, Schulterarthrose O

Schulterprobleme O

Ellenbogenprobleme O

Halswirbelsäule O

Brustwirbelsäule O

Lendenwirbelsäule O

Künstliche Gelenke (Hüfte, Knie) O

Wie viele Turniere werden im Jahr gespielt?

Ein Turnier O
Zwei Turniere O
mehr als 2 Turniere O

ich spiele:

DM Masters O
EM Masters O
WM Masters O

Spielerposition:

Torwart O

Center O

Felsspieler O

Sportärztliche Untersuchung:

| | | |
|---|---|---|
| Wie oft im Jahr? | Einmal O | zweimal O |
| Mit EKG | ja O | nein O |
| Mit Belastungs EKG | ja O | nein O |
| Mit Laboruntersuchung | ja O | nein O |
| Mit Röntgenthorax | ja O | nein O |

Wer führt die sportärztliche Untersuchung durch?

Hausarzt O

Sportmediziner O

Internist O

Kardiologe O
Orthopäde O

Unfallchirurg O

Anderer Arzt O

Ich erhalte die sportärztliche Bescheinigung ohne Untersuchung blanco

Ja O nein O

Erkrankungen in der Familie:

| | | |
|---|---|---|
| Herzinfarkt | ja O | nein O |
| Herzerkrankungen | ja O | nein O |
| Bluterkrankungen | ja O | nein O |
| Arthrose | ja O | nein O |

Befinden nach dem Training und Spiel (Turnier):

Schmerzskala 1 bis 10 leicht 1-3; mittel 4-6; schwer 7-10

Bitte Zahl angeben:

Ich habe Schmerzen. Leicht O

Mittel O

Schwer O

Schmerzangabe (Ort):

Schulter Wurfarm O Stärke: ……

Schulter Gegenarm O Stärke: ……

Hüfte O Stärke: ……..
Ellenbogen O Stärke: ……

Rücken O Stärke: ……

Allgemein O Stärke: ……

Ich nehme nach dem Training oder Spiel Schmerzmittel ein:

Ja O nein O

Wenn ja welches: ……..

Wenn nein welche Alternativen: ……..

Physiotherapeutische Behandlungen: ja O nein O

Fango ja O nein O

Massage ja O nein O

Wenn ja wie oft?

Fango ……

Massage …….

Physiotherapie ……..

Verletzungen (nur im Masters Bereich zugezogen)

Platzwunden O

Knochenbrüche O wenn ja welche:

Schulterverletzungen O wenn ja welche:

Ellenbogen O wenn ja welche:

Hüfte O wenn ja welche:

Belastungen im Spiel:

Ich spiele weniger als ¼ O

Insgesamt ¼ O

Insgesamt 2/4 O

Insgesamt ¾ O

Insgesamt 4/4 O

Ich gehe im Spiel an meine Belastungsgrenze: ja O nein O

Ich spiele um fit zu bleiben und wechsle mich aus bei Müdigkeit

ja O nein O

Ich spiele zum Spaß und auf niedrigem bis mittlerem Belastungsniveau

Ja O nein O

Ich bin ehrgeizig wie eh und je und will jedes Spiel gewinnen

Ja O nein O

Fragen zum Centerspieler:

Ich kämpfe um jeden Ball ja O nein O

Ich kann nach Spiel im Center noch schnell zurück schwimmen

ja O nein O

ich spiele im Center und verbleibe im Center beim Gegenangriff

ja O nein O

ich kann: ¼ O

2/4 O
¾ O

4/4 O im Center spielen ohne ausgewechselt zu werden.

Nach einem Spiel im Center brauche ich an Pause zur Regeneration:

Keine Pause O

Einen Tag Pause O

Mehr als einen tag Pause O

Eine Woche Pause O

Bitte den Fragebogen anonym und ehrlich ausfüllen. Es geht darum unseren Sport so zu gestalten, dass wir auch noch mit 70 Spaß am Spiel haben. Die Auswertung wird auf der Masterseite hier veröffentlicht werden.
Eine rege Teilnahme wäre super. Vielen dank für Eure Unterstützung.

Dr. Ralf Schauer
Facharzt für Chirurgie
Orthopädie und Unfallchirurgie
Spezielle Unfallchirurgie
Sportmedizin, Notfallmedizin

Würzburg, den 01.November 2012