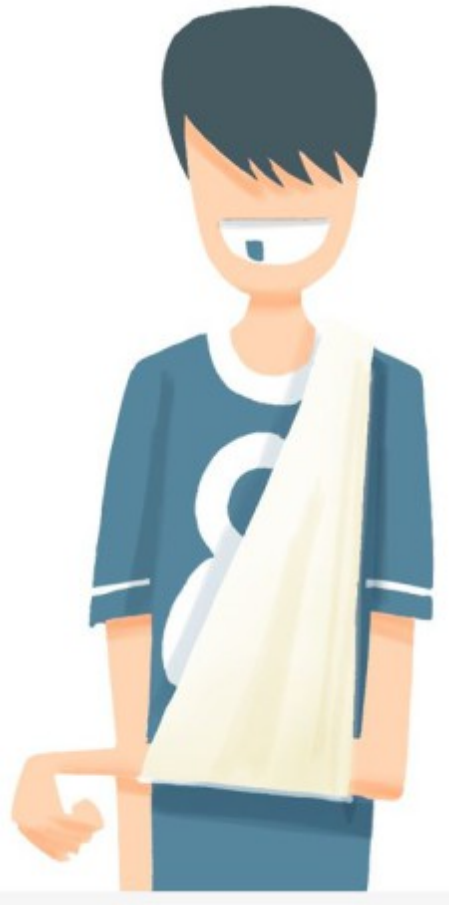
Fussballtest: Bestimmen Sie Ihr Risikoprofil

Schnell, dynamisch und attraktiv: Fussball ist eine der populärsten Sportarten in der Schweiz. Die Kehrseite: Jährlich verletzen sichTausende auf Schweizer Fussballplätzen. Mit dem Fussballtest der Suva lässt einiges über das persönliche Verletzungsrisiko bestimmen.

Spielen Sie im Verein, mit Freunden oder Ihrer Familie an Grümpel- und Plauschturnieren? Dann bestimmen Sie jetzt mit dem Fussballtest der Suva Ihr persönliches Verletzungsrisiko.

Nach Beantwortung der Fragen wird Ihr Risikoprofil erstellt und Sie erhalten darauf abgestimmte Ratschläge, wie Sie Ihr Verletzungsrisiko beim Fussballspielen senken können.



So funktioniert's

Der Test besteht aus ca. 50 Fragen zu den Themen Verletzungen, Fairplay, Fitness, Training, Lebensstil, Spielniveau und Ausrüstung. Zu den verschiedenen Risikodimensionen erhalten Sie jeweils Kurztipps und eine Detailanalyse. Die Gesamtauswertung wird erst nach Beantwortung aller Fragen erstellt.

Der Test dauert ca. 15 bis 20 Minuten. Die Umfrage ist anonym und kann jederzeit wiederholt werden. Wir freuen uns, wenn Sie den Test weiterempfehlen.

→ Zum Fussballtest

Quelle: Suva

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO