

# Muster MC-Klausur

## Saunameister (IST)

Ort/Datum:
Vorname/Name:
Kursbeginn:

Jede richtige Antwort wird mit 5 Punkten bewertet. Nur eine Antwortmöglichkeit ist anzukreuzen.  
Um den Test zu bestehen, müssen mindestens 54 Punkte erreicht werden.

### Bewertung durch das IST-Studieninstitut

Punkte SOLL	Punkte IST	Korrektur Datum	Korrektur Zeichen
100			
Bestanden	Ja ( $\geq 54$ Punkte)	Nein ( $< 54$ Punkte)	

### Aufgabe 1

Neben den primären Energielieferanten stehen dem Organismus weitere Verbindungen (Substrate) zur Verfügung, durch deren Abbau ATP resynthetisiert und letztlich Energie freigesetzt werden kann.

**Prüfen Sie** folgende Aussagen.

A) Kohlenhydrate sind die einzigen Substrate, die zur anaeroben Produktion von ATP geeignet sind.

B) Fett ist der kleinste und uneffektivste Energiespeicher des Körpers.

C) Ein ständiger Kohlenhydratabbau ist notwendig, um den Abbau von Fetten zu ermöglichen.

D) Proteine spielen im Energiestoffwechsel des Körpers eine übergeordnete Rolle.

E) Mit steigender Belastungsintensität sinkt der prozentuale Anteil des Fettabbaus zugunsten des Kohlenhydratabbaus.

Hier bitte ankreuzen:		Punkte:
B und D sind falsch.	<input type="checkbox"/>	
Nur C ist richtig.	<input type="checkbox"/>	
A, C und D sind richtig.	<input type="checkbox"/>	
Nur A und E sind richtig.	<input type="checkbox"/>	

**Aufgabe 2**

**Überprüfen** Sie die folgenden Aussagen zu den Klimabedingungen verschiedener warmer Bäder:

- A) Die Temperatur in der finnischen Sauna beträgt ca. 70–100°C (Badezone).
- B) Die Temperatur in einem Warmluftbad beträgt 50–70°C (Badezone).
- C) Die Luftfeuchtigkeit im Dampfbad beträgt 100 %.
- D) Die relative Feuchte im Warmluftbad beträgt ca. 30 %.
- E) Inspiratorisches Reservevolumen, Atemzugvolumen und expiratorisches Reservevolumen werden zur Vitalkapazität zusammengefasst.

Hier bitte ankreuzen:		Punkte:
A, B und C sind richtig.	<input type="checkbox"/>	
B, C und D sind richtig.	<input type="checkbox"/>	
Nur D ist falsch.	<input type="checkbox"/>	
Alle Aussagen sind richtig.	<input type="checkbox"/>	