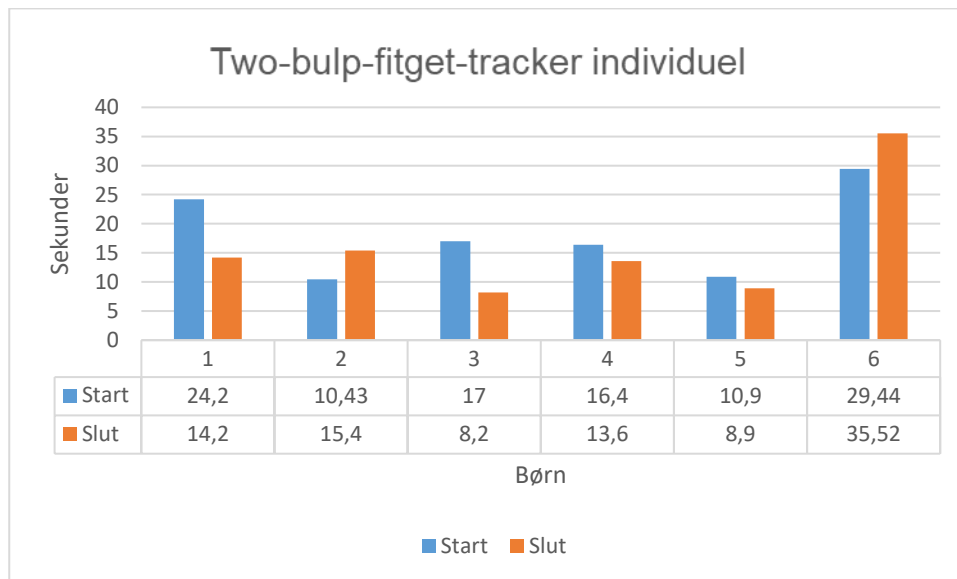


### Resultater fra test:

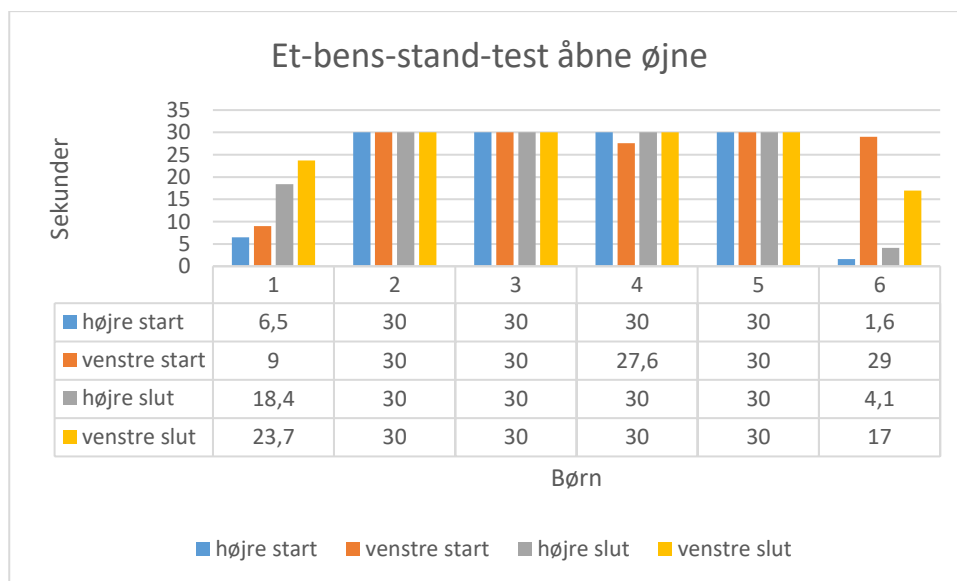
Ved klatreforløbets start samt efter de ti uger blev de seks børn testet i fire forskellige test: Two-bulp-fitget-tracker test, Et bens balance test, Dynamometer test, Sit to stand test. Dette for at vurdere, om vi kunne måle, hvorvidt børnene forbedrede deres styrke og balance.

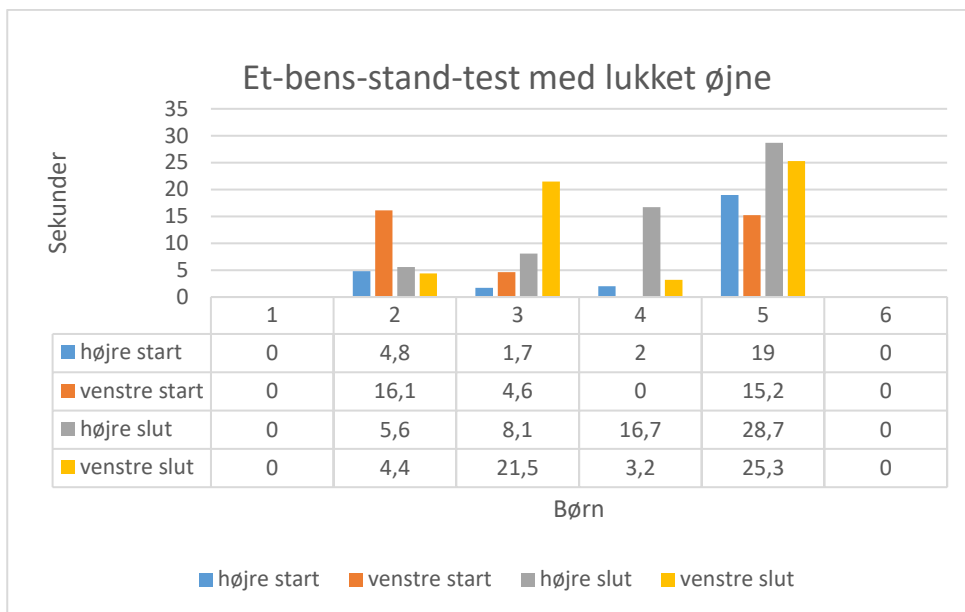
Two-bulp-fitget-tracker: Her blev der brugt en (lilla) two-bulp-fitget tracker, hvor de små bolde ca. udgør 30 procent plads plus en stor gul bold. Boldene skal føres fra den ene hulrum til det anden. Begge hænder måtte bruges til hjælp. Så det gjaldt om at få alle boldene hurtigst muligt fra det ene rum til det anden. Testen blev udført 2 gange ved hver test, og det bedste resultat blev noteret. Denne test tester styrke og koordination af fingrene.



Der ses her at fire ud af de seks klarede dette bedre ved sluttesten end ved start testen (det er en forbedring på 66,6%). Samlet set var der en forbedring fra 108,37 sek. til 95,82 sek. for de seks børn.

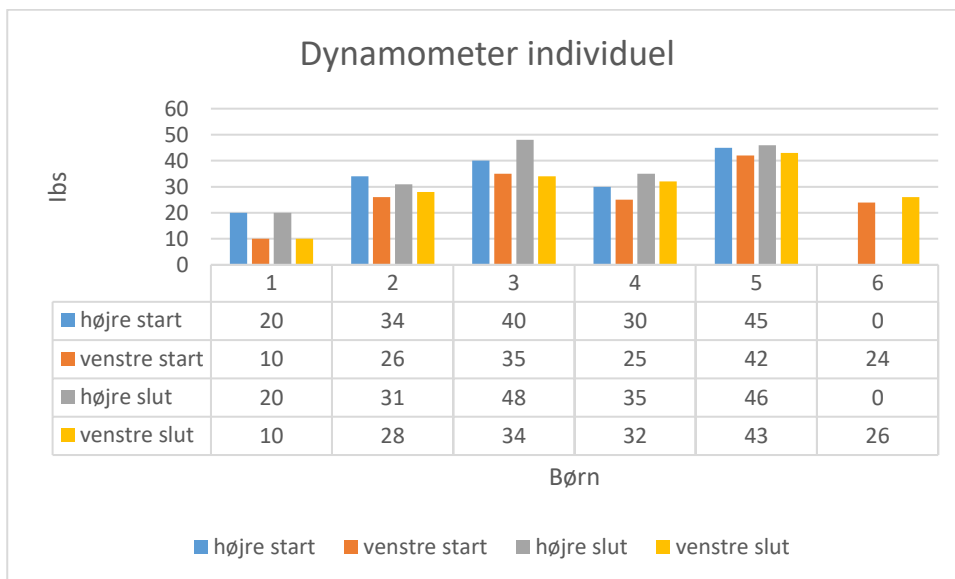
Et bens balance test: Her skulle børnene stå på et ben. Hvis de klarede 30 sek., blev de også testet med lukkede øjne. Hvis de ikke klarede 30 sek., blev de kun testet med åbne øjne.





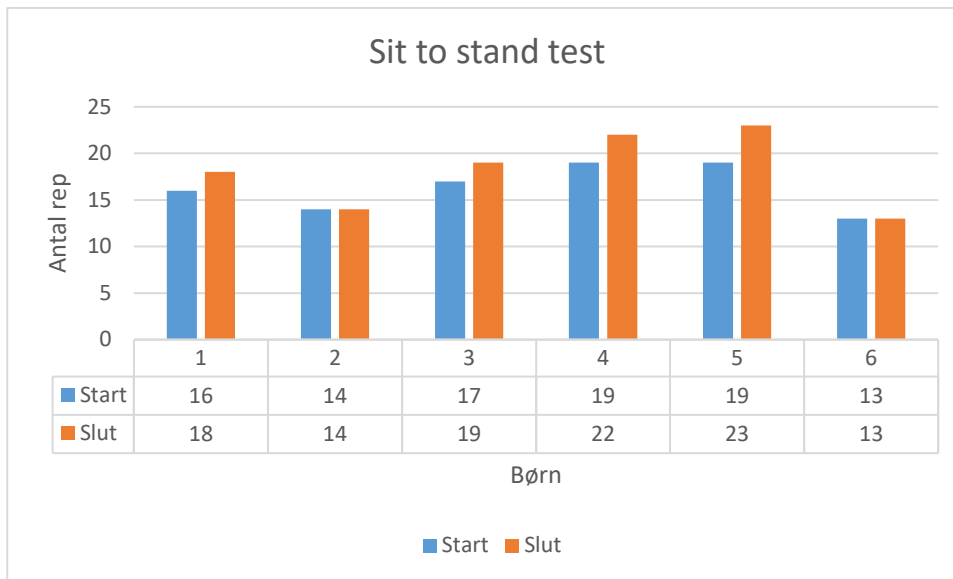
Der ses her at fem ud af de seks klarede dette bedre ved sluttesten end ved start testen med åbne øjne. Derudover forbedrede tre ud af de fire børn, der blev testet med lukkede øjne, sig.

#### Dynamometer test: Måler den isometriske gribestyrke i lbs (pund)



Der ses her at seks ud af de seks klarede dette bedre eller på samme niveau fra start- til sluttet. Samlet set for alle seks børn var der en forbedring på højre hånd 169lbs til 180lbs og venstre hånd fra 162 lbs til 173 lbs. Dynamometeret er sandsynligvis lavet til voksne, hvilket betyder, at det har svært ved at måle et let tryk, hvor alle børns håndkraft kan måles på. Hvis dynamometeret havde været mere følsomt, kan det være at barn nr. 6 har haft en målbar fremgang med højre hånd.

Sit to stand: Her måles hvor mange gange en barnet kan rejse og sætte sig på en mælke kasse i løbet af 30 sekunder uden hjælp fra armene.



Der ses her at fire ud af de seks klarede dette bedre og to var på samme niveau fra start til slut test. Samlet set var der en forbedring fra 98 gange til 109 for de seks børn.