

Inhaltsverzeichnis

<i>Vorwort</i>	3
<i>Dr. Albert Harms, Peter Fettweis</i> Seniorensport und Seniorenpolitik in Nordrhein-Westfalen	4
<i>Prof. Dr. Ursula Lehr</i> Bewegt Altern	7
<i>Prof. Dr. Heinz Mechling</i> Trainingswissenschaftliche Aspekte im Hinblick auf Alterungsprozesse	19
<i>Prof. Dr. Walter Tokarski</i> Probleme bei der Umsetzung von Sportangeboten für ältere Menschen im Sportverein	35
<i>Prof. Dr. Henning Allmer</i> Bewegungs- und Sportaktivitäten Älterer aus motivations- psychologischer Sicht - Wissen wir schon alles?	41
<i>Prof. Dr. Herbert Hartmann</i> Seniorensport im Verein im Spannungsfeld zwischen Anspruch und Wirklichkeit	55
<i>Prof. Dr. Christian Wopp</i> Zukunftsszenarien für den Sport der Älteren	72
<i>PD Dr. Michael Kolb</i> Gesundheit und Rehabilitation im Alter	84
<i>Prof. Dr. Klaus Völker</i> Bewegung bewegt die Gesundheit auch noch im Alter	92
Impressum	97