

# Inhalt

Vorwort	5
<b>Benjamin Vollmer</b> Überprüfung der Rahmentrainingsdaten der Deutschen Triathlon Union	7
<b>Georg Neumann</b> Physiologische Grundlagen von Spitzenleistungen	17
<b>Günter Görge</b> Kardiologische Risiken und deren Prävention bei Einsteigern und leistungsorientierten Triathleten	36
<b>Klaus Pöttgen</b> Plötzlicher Herztod – Sudden Death. Todesfälle im Triathlon	43
<b>Philipp Peter, Renate Oberhoffer &amp; Martin Schönfelder</b> Anthropometrie und Unterdistanzleistungsfähigkeit sowie komplexe Wettkampfleistungsfähigkeit junger Triathleten	51
<b>Casper Grim &amp; Martin Engelhardt</b> Eine Auswahl konservativer und operativer Therapiemöglichkeiten bei Schulterproblemen im Triathlonsport	62
<b>Matthias Kieb &amp; Paul Schmidt</b> Verletzungsprävention im Triathlon- und Laufsport	67
Nachtrag Symposium 2010	
<b>Klaus Pöttgen</b> Ironman Projekt 2010. Nahrungs- sowie Flüssigkeitsaufnahme und gastrointestinale Probleme während langer Ausdauerwettkämpfe	73
Zusatzbeitrag	
<b>Dieter Gohlitz, Olaf Ernst &amp; Thomas Moeller</b> Bild-Messwert-Kopplung zur Charakterisierung der Vorderstützphase im Lauf	80