

# INHALT

AMBY BURFOOT VORWORT	9
MICHAEL W. AUSTIN AUFWÄRMPHASE	13
PETER REICHENBACH SCHUHE AN UND LOS!	17
MICHAEL W. AUSTIN DAS GLÜCK GEMEINSAM JAGEN. LAUFEN UND ARISTOTELES' PHILOSOPHIE DER FREUNDSCHAFT	23
ROBERT SEMMLER 42,195 KILOMETER IN EINE ANDERE WELT	35
RAYMOND ANGELO BELLIOTTI LANGSTRECKENLAUF UND DER WILLE ZUR MACHT	45
GREGORY BASSHAM ERFOLG BEIM LAUFEN. SIEBEN VORAUSSETZUNGEN	57
ISABEL BOGDAN ALSTERLAUF – DIE ERSTEN ZEHN	75
J. JEREMY WISNEWSKI WIE MAN ZUM LÄUFER WIRD – PHÄNOMENOLOGISCH BETRACHTET	85

JAN DREES PROGRAMM IST PROGRAMM – ÜBER DAS LAUFEN ALS LEISTUNGSSPORT	97
RAYMOND J. VANARRAGON ZUM LOBE DES JOGGERS	109
ARMIN CHODZINSKI RUNNER'S DELIGHT – EINE PREDIGT IN VIER PHASEN	123
CHRIS KELLY DER SCHMERZ DES LÄUFERS	135
CHRISTOPHER MARTIN JOHN DEWEY UND DIE SCHÖNHEIT DES LAUFENS. LAUFEN ALS ÄSTHETISCHE ERFAHRUNG	151
FLORIAN BLASCHKE IM TAKT, AUS DEM TAKT. ÜBER DAS TRAINIEREN MIT LAUF-APPS	163
HEATHER L. REID DIE FREIHEIT DES LANGSTRECKENLÄUFERS	175
MAXIMILIAN PROBST DER MARATHON ALS KÖNIGSDISZIPLIN DER MODERNEN SELBSTOPTIMIERUNG – WIE WIR UNS VERLAUFEN	189