

<b>1.</b>	<b>Grundlagen .....</b>	<b>6</b>	<b>6.</b>	<b>Motive sportlichen Handelns .....</b>	<b>46</b>																																																																																																																																																												
1.1.	Was ist Sport überhaupt? .....	6	6.1.	Individuelle Zuwendungsmotive .....	46																																																																																																																																																												
1.2.	Was ist Training? .....	6	6.2.	Gesundheit .....	47																																																																																																																																																												
1.3.	Faktoren der sportlichen Leistungsfähigkeit	6	6.3.	Gesundheitssport .....	50																																																																																																																																																												
1.4.	Motorische Grundeigenschaften .....	7	<b>7.</b>	<b>Bewegungslehre .....</b>	<b>52</b>																																																																																																																																																												
1.5.	Beanspruchung, Belastung und körperliche Anpassung.....	8	7.1.	Bewegungsmerkmale .....	52																																																																																																																																																												
1.6.	Trainingsprinzipien.....	11	7.2.	Funktionale Analyse .....	53																																																																																																																																																												
1.7.	Trainingsplanung, -steuerung und -diagnostik.....	13	7.3.	Biomechanische Merkmale translatorischer und rotatorischer Bewegungen.....	55																																																																																																																																																												
1.8.	Aufwärmten.....	15	7.4.	Biomechanische Prinzipien .....	56																																																																																																																																																												
<b>2.</b>	<b>Aktiver Bewegungsapparat .....</b>	<b>16</b>	7.5.	Exkurs: Analyse eines Bewegungsablaufes.	57																																																																																																																																																												
2.1.	Muskelaufbau.....	16	<b>8.</b>	<b>Kontrolle sportlicher Bewegungen.....</b>	<b>59</b>																																																																																																																																																												
2.2.	Muskelkontraktion.....	16	2.3.	Arbeitsweisen und Kontraktionsformen der Skelettmuskulatur.....	17	8.1.	Bewegungshandlung .....	59	2.4.	Muskuläre Dysbalancen.....	18	8.2.	Regelkreislaufmodell .....	60	2.5.	Sportverletzungen und -schädigungen .....	18	8.3.	Beispielaufgabe Regelkreis.....	61	2.6.	Hauptmuskelgruppen der Skelett- muskulatur .....	20	8.4.	Bewegungsantizipation.....	62	2.7.	Aerobe und anaerobe Energiebereit- stellung .....	22	<b>9.</b>	<b>Lernen sportlicher Bewegungen .....</b>	<b>63</b>	2.8.	Leistungsschwellen .....	23	9.1.	Phasen sportlichen Lernens .....	63	2.9.	Beispielaufgabe Energiebereitstellung .....	24	9.2.	Methodische Vermittlungsprinzipien .....	65	2.10.	Exkurs: Analyse von Laktatkurven.....	25	9.3.	Methoden motorischen Lernens .....	65	<b>3.</b>	<b>Ausdauer .....</b>	<b>26</b>	9.4.	Konzepte der Sportspielvermittlung .....	66	3.1.	Strukturmodell Ausdauer .....	26	9.5.	Exkurs: Spielfähigkeit .....	68	3.2.	Grundlagenausdauer .....	27	<b>10.</b>	<b>Kooperation und Konkurrenz im .....</b>	<b>69</b>	3.3.	Physiologische Anpassung des Körpers an das Ausdauertraining .....	27	10.1.	Kooperation und Konkurrenz .....	69	3.4.	Methoden des Ausdauertrainings .....	29	10.2.	Fair Play .....	70	3.5.	Exkurs: Trainingsplanung .....	32	10.3.	Taktik.....	71	3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>	<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44
2.3.	Arbeitsweisen und Kontraktionsformen der Skelettmuskulatur.....	17	8.1.	Bewegungshandlung .....	59																																																																																																																																																												
2.4.	Muskuläre Dysbalancen.....	18	8.2.	Regelkreislaufmodell .....	60																																																																																																																																																												
2.5.	Sportverletzungen und -schädigungen .....	18	8.3.	Beispielaufgabe Regelkreis.....	61																																																																																																																																																												
2.6.	Hauptmuskelgruppen der Skelett- muskulatur .....	20	8.4.	Bewegungsantizipation.....	62																																																																																																																																																												
2.7.	Aerobe und anaerobe Energiebereit- stellung .....	22	<b>9.</b>	<b>Lernen sportlicher Bewegungen .....</b>	<b>63</b>																																																																																																																																																												
2.8.	Leistungsschwellen .....	23	9.1.	Phasen sportlichen Lernens .....	63	2.9.	Beispielaufgabe Energiebereitstellung .....	24	9.2.	Methodische Vermittlungsprinzipien .....	65	2.10.	Exkurs: Analyse von Laktatkurven.....	25	9.3.	Methoden motorischen Lernens .....	65	<b>3.</b>	<b>Ausdauer .....</b>	<b>26</b>	9.4.	Konzepte der Sportspielvermittlung .....	66	3.1.	Strukturmodell Ausdauer .....	26	9.5.	Exkurs: Spielfähigkeit .....	68	3.2.	Grundlagenausdauer .....	27	<b>10.</b>	<b>Kooperation und Konkurrenz im .....</b>	<b>69</b>	3.3.	Physiologische Anpassung des Körpers an das Ausdauertraining .....	27	10.1.	Kooperation und Konkurrenz .....	69	3.4.	Methoden des Ausdauertrainings .....	29	10.2.	Fair Play .....	70	3.5.	Exkurs: Trainingsplanung .....	32	10.3.	Taktik.....	71	3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>	<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																	
9.1.	Phasen sportlichen Lernens .....	63																																																																																																																																																															
2.9.	Beispielaufgabe Energiebereitstellung .....	24	9.2.	Methodische Vermittlungsprinzipien .....	65	2.10.	Exkurs: Analyse von Laktatkurven.....	25	9.3.	Methoden motorischen Lernens .....	65	<b>3.</b>	<b>Ausdauer .....</b>	<b>26</b>	9.4.	Konzepte der Sportspielvermittlung .....	66	3.1.	Strukturmodell Ausdauer .....	26	9.5.	Exkurs: Spielfähigkeit .....	68	3.2.	Grundlagenausdauer .....	27	<b>10.</b>	<b>Kooperation und Konkurrenz im .....</b>	<b>69</b>	3.3.	Physiologische Anpassung des Körpers an das Ausdauertraining .....	27	10.1.	Kooperation und Konkurrenz .....	69	3.4.	Methoden des Ausdauertrainings .....	29	10.2.	Fair Play .....	70	3.5.	Exkurs: Trainingsplanung .....	32	10.3.	Taktik.....	71	3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>	<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																							
9.2.	Methodische Vermittlungsprinzipien .....	65																																																																																																																																																															
2.10.	Exkurs: Analyse von Laktatkurven.....	25	9.3.	Methoden motorischen Lernens .....	65	<b>3.</b>	<b>Ausdauer .....</b>	<b>26</b>	9.4.	Konzepte der Sportspielvermittlung .....	66	3.1.	Strukturmodell Ausdauer .....	26	9.5.	Exkurs: Spielfähigkeit .....	68	3.2.	Grundlagenausdauer .....	27	<b>10.</b>	<b>Kooperation und Konkurrenz im .....</b>	<b>69</b>	3.3.	Physiologische Anpassung des Körpers an das Ausdauertraining .....	27	10.1.	Kooperation und Konkurrenz .....	69	3.4.	Methoden des Ausdauertrainings .....	29	10.2.	Fair Play .....	70	3.5.	Exkurs: Trainingsplanung .....	32	10.3.	Taktik.....	71	3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>	<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																													
9.3.	Methoden motorischen Lernens .....	65																																																																																																																																																															
<b>3.</b>	<b>Ausdauer .....</b>	<b>26</b>	9.4.	Konzepte der Sportspielvermittlung .....	66	3.1.	Strukturmodell Ausdauer .....	26	9.5.	Exkurs: Spielfähigkeit .....	68	3.2.	Grundlagenausdauer .....	27	<b>10.</b>	<b>Kooperation und Konkurrenz im .....</b>	<b>69</b>	3.3.	Physiologische Anpassung des Körpers an das Ausdauertraining .....	27	10.1.	Kooperation und Konkurrenz .....	69	3.4.	Methoden des Ausdauertrainings .....	29	10.2.	Fair Play .....	70	3.5.	Exkurs: Trainingsplanung .....	32	10.3.	Taktik.....	71	3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>	<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																			
9.4.	Konzepte der Sportspielvermittlung .....	66																																																																																																																																																															
3.1.	Strukturmodell Ausdauer .....	26	9.5.	Exkurs: Spielfähigkeit .....	68	3.2.	Grundlagenausdauer .....	27	<b>10.</b>	<b>Kooperation und Konkurrenz im .....</b>	<b>69</b>	3.3.	Physiologische Anpassung des Körpers an das Ausdauertraining .....	27	10.1.	Kooperation und Konkurrenz .....	69	3.4.	Methoden des Ausdauertrainings .....	29	10.2.	Fair Play .....	70	3.5.	Exkurs: Trainingsplanung .....	32	10.3.	Taktik.....	71	3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>	<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																									
9.5.	Exkurs: Spielfähigkeit .....	68																																																																																																																																																															
3.2.	Grundlagenausdauer .....	27	<b>10.</b>	<b>Kooperation und Konkurrenz im .....</b>	<b>69</b>																																																																																																																																																												
3.3.	Physiologische Anpassung des Körpers an das Ausdauertraining .....	27	10.1.	Kooperation und Konkurrenz .....	69	3.4.	Methoden des Ausdauertrainings .....	29	10.2.	Fair Play .....	70	3.5.	Exkurs: Trainingsplanung .....	32	10.3.	Taktik.....	71	3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>	<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																					
10.1.	Kooperation und Konkurrenz .....	69																																																																																																																																																															
3.4.	Methoden des Ausdauertrainings .....	29	10.2.	Fair Play .....	70	3.5.	Exkurs: Trainingsplanung .....	32	10.3.	Taktik.....	71	3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>	<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																											
10.2.	Fair Play .....	70																																																																																																																																																															
3.5.	Exkurs: Trainingsplanung .....	32	10.3.	Taktik.....	71	3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>	<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																	
10.3.	Taktik.....	71																																																																																																																																																															
3.6.	Ausdauertests.....	33	<b>11.</b>	<b>Organisation von Sportspielen mit .....</b>	<b>72</b>																																																																																																																																																												
<b>4.</b>	<b>Bedeutung der Kraft im Fitness- und ....</b>		11.1.	Zielgruppenbezug .....	72		<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																													
11.1.	Zielgruppenbezug .....	72																																																																																																																																																															
	<b>Gesundheitstraining .....</b>	<b>34</b>	11.2.	Regelanpassung .....	72	4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																			
11.2.	Regelanpassung .....	72																																																																																																																																																															
4.1.	Strukturmodell Kraft .....	34	11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74	4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																									
11.3.	Rolle eines Spielleiters .....	74																																																																																																																																																															
4.2.	Ziele des Krafttrainings .....	35	11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74	4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>	4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																															
11.4.	Organisation von Sportspielen durch .....	74																																																																																																																																																															
4.3.	Trainingsarten .....	36	<b>12.</b>	<b>Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport .....</b>	<b>75</b>																																																																																																																																																												
4.4.	Exkurs Rehatraining .....	39	12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76	4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																																											
12.1.	Wechselwirkungen zwischen Wirtschaft, .... Medien und Sport.....	76																																																																																																																																																															
4.5.	Theorie des Muskelaufbaus.....	40	12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76	4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																																																	
12.2.	Mediale Vermarktung von Sportarten.....	76																																																																																																																																																															
4.6.	Organisationsformen des Krafttrainings .....	40	12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76	<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																																																							
12.3.	Die Schattenseite der Wechselwirkung .....	76																																																																																																																																																															
<b>5.</b>	<b>Koordination .....</b>	<b>42</b>	12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77	5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																																																													
12.4.	Inszenierung von Sportarten.....	77																																																																																																																																																															
5.1.	Modell koordinativer Fähigkeiten.....	42	12.5.	Trendsportarten.....	77	5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																																																																			
12.5.	Trendsportarten.....	77																																																																																																																																																															
5.2.	Analysatoren.....	43	12.6.	Doping .....	78	5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																																																																									
12.6.	Doping .....	78																																																																																																																																																															
5.3.	Koordinations-Anforderungs-Regler-Modell (KAR-Modell) nach Neumaier .....	44																																																																																																																																																															