

Band 2

Teil III Sportmedizin 477

**Einführung in die Sportmedizin: Themen, Inhalte, Methoden
und Stand der Forschung 479**
Holger H. W. Gabriel

**Sportmedizinische Grundlagen: Die sportmedizinische
Gesundheitssprechstunde 503**
Holger H. W. Gabriel

Sportmedizinische Grundlagen: Sportmedizinische Gesundheitsbeurteilung und Beratung	527
Jürgen Scharhag	
Sportmedizinische Grundlagen: Immunologische Beanspruchung durch körperliche Belastung	543
Christian Puta und Holger H. W. Gabriel	
Sportmedizinische Grundlagen: Adaptation des Körpers an Bewegung	595
Karsten Krüger und Frank C. Mooren	
Sportmedizinische Grundlagen: Überbeanspruchung, Übertraining und Übertrainingssyndrom, Erholung und Erholungsfähigkeit	609
Oliver Faude und Axel Urhausen	
Sportmedizinische Grundlagen: Die Bedeutung der Trainingswissenschaft für die sportliche Leistungsoptimierung und den Gesundheitserhalt	627
Olaf Prieske und Urs Granacher	
Sportmedizinische Anwendung: Laktat- und Leistungsdiagnostik	641
Kai Röcker	
Sportmedizinische Anwendung: Herzerkrankungen und kardiologische Sporttherapie	669
Jürgen Scharhag	
Teil IV Sportmotorische Fähigkeiten und sportliches Training	689
Trainingswissenschaft	691
Michael Fröhlich und Oliver Ludwig	
Trainingswissenschaft und Sportpädagogik unter symbiotischer Betrachtung	705
Thomas Wendeborn, Albrecht Hummel und Michael Fröhlich	
Trainingsbegriff im Sport	717
Michael Fröhlich und Oliver Ludwig	
Motorische Fähigkeiten: Konzept, Entwicklungen, Theorienvergleiche	733
Jürgen Krug	
Trainingsziele, -inhalte, -mittel und -methoden im Sport	757
Jürgen Weineck, Wolfgang Kemmler und Michael Fröhlich	
Belastung und Beanspruchung im sportlichen Training	771
Christoph Zinner und Billy Sperlich	

Training im Sport als Prozess – Trainingssteuerung	783
Michael Fröhlich, Wolfgang Kemmler und Mark Pfeiffer	
(Evidenzbasierte) Trainingsprinzipien	811
Lars Donath und Oliver Faude	
Kraft und Krafttraining im Sport	829
Michael Fröhlich und Wolfgang Kemmler	
Ausdauer und Ausdauertraining im Sport	849
Oliver Faude und Lars Donath	
Schnelligkeit und Schnelligkeitstraining im Sport	865
Gerd Thienes	
Beweglichkeit und Beweglichkeitstraining im Sport	885
Gerd Thienes	
Koordinative Fähigkeiten und Koordinationstraining im Sport	909
Kathleen Golle, Heinz Mechling und Urs Granacher	
Technik und Techniktraining im Sport	933
Josef Wiemeyer und Rainer Wollny	
Taktik und Taktiktraining im Sport	947
Stefan König und Daniel Memmert	
Mentales Training im Sport	965
Dieter Hackfort und York-Peter Klöppel	
Sportmethodik: Themen, Inhalte, Methoden und Forschungsstand	977
Jürgen Krug, Thomas Wendeborn und Albrecht Hummel	
Technologische Innovation in der Trainingswissenschaft: Digitalgestützte Trainingssteuerung mittels tragbarer Sensorik	991
Peter Düking, Michael Fröhlich und Billy Sperlich	