



## **Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf

*Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug*

**Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf** Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug

 [Download Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - ...pdf](#)

 [Online lesen Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug**

---

Format: Kindle eBook

### **Kurzbeschreibung**

Mit dieser Ausgabe liegt die Neuauflage des Klassikers zur Trainingslehre vor: bearbeitet und neu erarbeitet unter Mitwirkung von 22 Autoren. Das traditionelle Themenspektrum wurde u. a. durch die Themen „Belastbarkeit“, „Training der Belastbarkeit“, „Sportmedizinische Betreuung“, „Training und Ernährung“ sowie „Weltstandsanalysen“ erweitert. In einem ersten Teil werden Wesen und Grundzüge der Trainingslehre und der Trainingswissenschaft behandelt.

Themen des zweiten Teils sind die sportliche Leistung und die sportliche Leistungsfähigkeit, ihre Struktur und die relevanten Entwicklungsgesetzmäßigkeiten, verstanden als wissenschaftliche Grundlagen des sportlichen Trainings und seiner methodischen Gestaltung. Dazu werden u. a. Wesen und Entwicklung der Hauptfaktoren der sportlichen Leistung herausgearbeitet.

Der dritte und umfangreichste Teil behandelt die Grundfragen des sportlichen Trainings und der Trainingsmethodik, übergreifend für die komplexe sportliche Leistung und differenziert für die Hauptaufgaben und -inhalte: Techniktraining, Koordinationstraining, Training der Beweglichkeit, Training der Krafftähigkeit, der Schnelligkeitsfähigkeit, der Ausdauer, Training der strategisch-taktischen Fähigkeiten, Ausbildung der psychischen Regulationsvoraussetzungen.

Der vierte Teil beinhaltet die Grundzüge der Theorie des sportlichen Wettkampfs und die resultierenden Fragen in der Wettkampfvorbereitung.

Das Buch enthält ein umfangreiches Literaturverzeichnis, ein instruktives Glossar und ein Sachwortverzeichnis, als wesentliche Ergänzung und Unterstützung eines differenzierten Studiums von Trainingslehre und Trainingswissenschaft. **Kurzbeschreibung**

Mit dieser Ausgabe liegt die Neuauflage des Klassikers zur Trainingslehre vor: bearbeitet und neu erarbeitet unter Mitwirkung von 22 Autoren. Das traditionelle Themenspektrum wurde u. a. durch die Themen „Belastbarkeit“, „Training der Belastbarkeit“, „Sportmedizinische Betreuung“, „Training und Ernährung“ sowie „Weltstandsanalysen“ erweitert. In einem ersten Teil werden Wesen und Grundzüge der Trainingslehre und der Trainingswissenschaft behandelt.

Themen des zweiten Teils sind die sportliche Leistung und die sportliche Leistungsfähigkeit, ihre Struktur und die relevanten Entwicklungsgesetzmäßigkeiten, verstanden als wissenschaftliche Grundlagen des sportlichen Trainings und seiner methodischen Gestaltung. Dazu werden u. a. Wesen und Entwicklung der Hauptfaktoren der sportlichen Leistung herausgearbeitet.

Der dritte und umfangreichste Teil behandelt die Grundfragen des sportlichen Trainings und der Trainingsmethodik, übergreifend für die komplexe sportliche Leistung und differenziert für die Hauptaufgaben und -inhalte: Techniktraining, Koordinationstraining, Training der Beweglichkeit, Training der Krafftähigkeit, der Schnelligkeitsfähigkeit, der Ausdauer, Training der strategisch-taktischen Fähigkeiten, Ausbildung der psychischen Regulationsvoraussetzungen.

Der vierte Teil beinhaltet die Grundzüge der Theorie des sportlichen Wettkampfs und die resultierenden Fragen in der Wettkampfvorbereitung.

Das Buch enthält ein umfangreiches Literaturverzeichnis, ein instruktives Glossar und ein Sachwortverzeichnis, als wesentliche Ergänzung und Unterstützung eines differenzierten Studiums von Trainingslehre und Trainingswissenschaft. **Über den Autor und weitere Mitwirkende**

Prof. Dr. Hans-Dietrich Harre ist Außerordentlicher Professor i.R. für Theorie und Methodik des Trainings. Sein Arbeitsgebiet ist die Allgemeine Trainingslehre und Trainingswissenschaft. **Arbeitsschwerpunkte:**

Aufbau und die Entwicklung des Lehrgebietes Allgemeine Trainingslehre und Trainingswissenschaft , Konditionstraining im Rudern und Kanurennsport. Prof. Dr. Jürgen Krug ist Direktor des Instituts für Allgemeine Bewegungs- und Trainingswissenschaft an der Sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig. Sein Arbeitsgebiet ist die Allgemeine Bewegungs- und Trainingswissenschaft.

Arbeitsschwerpunkte: methodologische Fragen der Bewegungs- und Trainingswissenschaft, Techniktraining, Messplatztraining sowie E-Learning. Prof. Dr. sc. paed. Günter Schnabel, Ordentlicher Professor i.R. für Theorie und Methodik des Trainings, Arbeitsgebiet: Allgemeine Bewegungs- und Trainingswissenschaft.

Am Aufbau der neuen Lehrdisziplin und des ehem. Instituts für Bewegungslehre an der DHfK war er maßgeblich beteiligt. Ab 1974 war er führender Vertreter der Bewegungslehre an der DHfK. Er ist Ehrenmitglied der International Association of Sports Kinetics.

Download and Read Online Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug #PV3U50MFHCE

Lesen Sie Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf von Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug für online ebook Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf von Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf von Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug Bücher online zu lesen. Online Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf von Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug ebook PDF herunterladen Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf von Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug Doc Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf von Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug Mobipocket Trainingslehre - Trainingswissenschaft: Leistung - Training - Wettkampf von Günter Schnabel, Hans-Dietrich Harre, Jürgen Krug EPub