



Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block- periodisierung (German Edition)

Yevgen Popov

Download now

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

Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition)

Yevgen Popov

Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) Yevgen Popov

Masterarbeit aus dem Jahr 2012 im Fachbereich Sport - Bewegungs- und Trainingslehre, Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg, Sprache: Deutsch, Abstract: Spitzenleistungen von Hochleistungssportlern können über einen längeren Zeitraum nicht aufrechterhalten werden; die Gefahr der Überlastung bzw. eines Übertrainingsphänomens ist durch hohe Anforderungen im Training und Wettkampf stets gegeben. Diese Tatsache ist Athleten und Trainern bekannt.

Ziel dieser Arbeit ist es, die wesentlichsten Punkte der Struktur und des Aufbaus der Periodisierungsmodelle sowie des Blockperiodisierungsmodelles, die im Hochleistungssport angewendet werden, aufzuzeigen. Am Anfang der Arbeit werden Sachverhalte, die mit den Periodisierungsmodellen im Zusammenhang gesehen werden müssen, behandelt. Sie sollen dem Leser das Verständnis für den Aufbau der Periodisierungsmodelle erleichtern und einen Einblick in die Gestaltung des Trainingsprozesses geben. Darauf aufbauend ist ebenfalls mit der vorliegenden Arbeit beabsichtigt, anhand ausgewählter Sportarten und die durch sie entwickelten repräsentativen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu verdeutlichen. Dies erfolgt in Bezug zu Periodisierungsmodellen. Eine derartige Zusammenschau der einzelnen Faktoren erscheint aus folgenden Gründen sinnvoll: Lediglich in verschiedenen Artikeln sportwissenschaftlicher Fachzeitschriften und in Abschnitten sportwissenschaftlicher Bücher sind Ausführungen zu finden, die die Periodisierungsmodelle erwähnen bzw. in anderen Zusammenhängen auf sie eingehen.

Das trifft auch auf das Blockperiodisierungsmodell zu.

Das Standardwerk zum Blockperiodisierungsmodell von Issurin (Issurin, 2010: „Blokovaja periodisazija sportivnoj trenerovki“) liegt nur in russischer, spanischer und englischer Sprache vor. In deutschen Bibliotheken ist das Originalwerk nicht zu finden.

(Es muss darauf aufmerksam gemacht werden, dass diese Arbeit nicht das leisten kann, was eine Übersetzung der o.g. Ausgabe von Issurin Athleten und Trainern geben könnte.)

Mit der vorliegenden Arbeit soll jedoch versucht werden, interessierten Trainern und Athleten die Anwendung der Periodisierungsmodelle und des Blockperiodisierungsmodelles zu erleichtern, weil sie auf diese Weise nicht mehr gezwungen sind, ihr Wissen zur Periodisierung und Blockperiodisierung aus den verschiedensten Quellen zusammenzutragen.

 [Download Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter ...pdf](#)

 [Read Online Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unt ...pdf](#)

Download and Read Free Online Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) Yevgen Popov

From reader reviews:

Joel Fallis:

The ability that you get from Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) is the more deep you excavating the information that hide within the words the more you get serious about reading it. It doesn't mean that this book is hard to recognise but Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) giving you enjoyment feeling of reading. The writer conveys their point in specific way that can be understood by anyone who read it because the author of this book is well-known enough. This particular book also makes your personal vocabulary increase well. Making it easy to understand then can go along with you, both in printed or e-book style are available. We recommend you for having this kind of Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) instantly.

Thomas Bedwell:

The reserve with title Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) has a lot of information that you can discover it. You can get a lot of help after read this book. This kind of book exist new information the information that exist in this guide represented the condition of the world currently. That is important to yo7u to know how the improvement of the world. This book will bring you with new era of the internationalization. You can read the e-book on your smart phone, so you can read the idea anywhere you want.

Jeremy Bryant:

Precisely why? Because this Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) is an unordinary book that the inside of the reserve waiting for you to snap the idea but latter it will distress you with the secret this inside. Reading this book adjacent to it was fantastic author who all write the book in such amazing way makes the content on the inside easier to understand, entertaining way but still convey the meaning completely. So , it is good for you because of not hesitating having this any more or you going to regret it. This amazing book will give you a lot of gains than the other book have such as help improving your proficiency and your critical thinking approach. So , still want to hold off having that book? If I ended up you I will go to the guide store hurriedly.

Kristi Duncan:

A lot of people said that they feel bored when they reading a e-book. They are directly felt this when they get a half regions of the book. You can choose the book Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) to make your own reading is interesting. Your skill of reading skill is developing when you including reading. Try to choose simple book to make you enjoy to study it and mingle the impression about book and reading through especially. It is to

be initially opinion for you to like to open up a book and learn it. Beside that the publication Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) can to be your brand-new friend when you're feel alone and confuse using what must you're doing of that time.

Download and Read Online Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) Yevgen Popov #07F9RO5K1VU

Read Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) by Yevgen Popov for online ebook

Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) by Yevgen Popov Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) by Yevgen Popov books to read online.

Online Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) by Yevgen Popov ebook PDF download

Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) by Yevgen Popov Doc

Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) by Yevgen Popov Mobipocket

Periodisierungsmodelle im Hochleistungssport unter besonderer Berücksichtigung der Block-periodisierung (German Edition) by Yevgen Popov EPub