

## Literatur Cardio-fit

Badischer Gemeindeunfallversicherungsverband, Unfallkasse Rheinland-Pfalz & ADAC. (1998). Inline soll sicherer werden.

Badtke, G. (1999). Lehrbuch der Sportmedizin. (4., neu bearb. Aufl.) Heidelberg: Barth.

Blum, I. & Friedmann, K. (1994). Trainingslehre. Sporttheorie für die Schule. Pfullingen: promos.

Bös, K. (2000). Handbuch für Walking. (3. Aufl.) Aachen: Meyer & Meyer Verlag.

Bös, K. et al. (2001) Handbuch sportmotorische Tests. (2. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

Bucher, W. (1994). 1003 Spiel- und Übungsformen in der Leichtathletik (8.Aufl.). Schorndorf: Hofmann.

Coen, B. (1997). Individuelle anaerobe Schwelle. Methodik und Anwendung in der sportmedizinischen Leistungsdiagnostik und Trainingssteuerung leichtathletischer Laufdisziplinen. Köln: Sport und Buch Strauß.

Dickhuth, H. (2000). Einführung in die Sport- und Leistungsmedizin. Schorndorf: Hofmann.

Diesbschlag, W., Schmidtke, H. (1991). Leistungskontrolle bei Ausdauersportlern – Blutlaktat als Indikator. Stuttgart: Schwer Verlag.

Diem, C.-J. (2001). Laufen. Grundlagen des Ausdauersports. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.

Edwards, S. (2001). Leitfaden zur Trainingskontrolle (12. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.

Fery, G., Hildenbrandt, E. (2002). Einführung in die Trainingslehre. (2. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.

Föhrenbach, R. (1991). Leistungsdiagnostik: Trainingsanalyse und –steuerung bei Läuferinnen und Läufern verschiedener Laufdisziplinen. (2. Aufl.). Konstanz: Hartung-Gorre.

Grosser, M. (1989). Training der konditionellen Fähigkeiten. Studienbrief 20. Schorndorf: Hofmann.

Henselmann, G., Buttendorf, T. (1999). Radfahren-gewußt wie! Sportliches Radfahren in Schule und Verein. Schorndorf: Hofmann.

Hohmann, A. et al. (2002). Einführung in die Trainingswissenschaft. Wiebelsheim: Limpert.

- Hollmann, W. & Hettinger, T. (2000). Sportmedizin – Grundlagen für Arbeit, Training und Präventivmedizin (4. neu bearb. Aufl.) Stuttgart, New York: Schattauer.
- Hottenrott, K. (1993). Trainingssteuerung im Ausdauersport. Ahrensburg: Czwalina.
- Ilg, P. (1992). Spielerisches Ausdauerlaufen. *Leichtathletik Training* 3 (5/6), S. 24-27.
- Janssen, P. (1996). Ausdauertraining. Balingen: Spitta-Verlag
- Joch, W., Ückert, S. (1998). Grundlagen des Trainings. Münster: Lit.
- Katzenbogner, H. (1992). Spielerisches Lernen, Üben und Trainieren. *Leichtathletik Training* 3 (5/6), S. 10-17.
- Kessel, T. (1998). Mittel- und Langstreckenlauf: Physiologische Grundlagen und trainingstheoretische Aspekte. Münster: Lit Verlag.
- Linder, W. (2003). Radsporttraining. Methodische Erkenntnisse, Trainingsgestaltung, Leistungsdiagnostik. München: BLV.
- Löllgen, H., Erdmann, E. (2001). Ergometrie: Belastungsuntersuchungen in Klinik und Praxis. (2. Aufl.). Berlin: Springer.
- Martin, D. & Coe, P. (1992). Mittel- und Langstreckentraining. Aachen: Meyer & Meyer.
- Neumann, G. et al. (1995). Alles unter Kontrolle: Ausdauertraining (3. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.
- Prochnow, T., Welz, R. (2000). Laufen in Karlsruhe. Regensburg: Lauf- und Ausdauersportverlag.
- Schnabel, G. et al. (2003). Trainingswissenschaft. (3. Aufl.) Berlin: Sportverlag.
- Weineck, J. (2000). Sportbiologie. Balingen: Spitta.
- Weineck, J. (2002). Optimales Training. (12. Aufl.). Balingen: Spitta.
- Winfried, J., Ückert, S. (1998). Grundlagen des Trainings. Münster: Lit.
- Zintl, F., Eisenhut, A. (2001). Ausdauertraining, Grundlagen-Methoden-Trainingssteuerung. München, Wien, Zürich: BLV Verlagsgesellschaft.

Zeitschriften:

Kinderleichtathletik  
Leichtathletiktraining