

27.11.2006

Training mit HighTech aus dem Sportgeschäft - So funktioniert es!

[zur Originalnachricht mit Bild](#)

Sportmedizinische Angebote liegen klar im Trend, und Weight Monitoring, Fitness Checks sowie die Betreuung aktiver Sportler sind zunehmend gefragte Dienstleistungen. Möglich wird dies vor allem durch neue Technologien für die Leistungsdiagnostik: Moderne Handmessgeräte und Softwarelösungen sind nicht nur einfach und effektiv einzusetzen, sondern reduzieren auch den apparativen und finanziellen Aufwand.

Ein wesentliches Hindernis bildet allerdings die geringe Praxisnähe vieler sportwissenschaftlicher Bücher und Ratgeber: Missverständnisse, Verunsicherung und allgemeiner Aufklärungsbedarf sind zumeist nicht unerheblich.

Mit Training im Griff haben die Sportwissenschaftler Martin Kusch und Stephan Nasser nun eine Handreichung erarbeitet, die diesem Missstand abhelfen soll. Fachlich unterstützt durch führende Trainingsgeräte-Hersteller wie Polar, EKF/SensLab, Ergoline, h/p/cosmos, Mesics u.a. werden auf gut 60 Seiten wichtige Grundlagen vermittelt und konkret veranschaulicht anhand praktischer Fallbeispiele: So erfährt der Leser, wie sich Günther, der Manager von überflüssigen Pfunden befreit, Biggi, die Power-Frau ihre Fitness verbessert und Bruno, der Ambitionierte wieder zu sportlicher Hochform aufläuft.

Trotz des einfachen, mitunter auch recht saloppen Sprachstils ist den Autoren dabei ein schwieriger Spagat gelungen: So wird der Einsatz von HighTech aus dem Sportgeschäft thematisiert, ohne den Sportler von seiner eigenen Verantwortung hinsichtlich Zielsetzung und Disziplin zu entbinden. Neben den (deutlich gewachsenen) Möglichkeiten eines do-it-yourself-Trainings werden auch dessen Grenzen klar aufgezeichnet und die ergänzende Einbeziehung sportmedizinischer Dienstleister nachvollziehbar nahegelegt. Eine Auswahl bundesweit etablierter Anbieter findet sich ebenso im Anhang wie ein Produkt-Ratgeber und ein ausführliches Glossar sportmedizinischer Fachbegriffe.

Erschienen ist die Broschüre im Antonym-Verlag Leipzig, ISBN-Nr. 3-935185-42-1 zum Einzelpreis von EUR 5,00.

spoteo - Sporttechnologie online

<http://www.spoteo.de/>

Kontakt: kontakt@spoteo.de