

Vorwort zur 5. Auflage

Bereits 10 Jahre nach der ersten Auflage ist eine 5. Neuauflage notwendig, was die Autoren mit Freude zur Kenntnis nehmen. In dieser neuen Auflage wurden alle Kapitel im Hinblick auf noch mehr Klarheit und Verständlichkeit des Textes durchforstet. Dem Schwerpunkt »Klinische Altersforschung und Vorsorgeforschung« der neugegründeten Medizinischen Fakultät der Johannes Kepler Universität Linz folgend, haben wir vier neue Trainingsrezepte für diese Zielgruppe eingefügt, weil Klienten von Experten konkrete Trainingsanweisungen erwarten. Auch im Kapitel Ernährung wurde ein konkretes Ernährungsbeispiel für ältere Klienten, aufgenommen. Wegen dieser Erweiterungen wurde der Text in anderen Bereichen gestrafft, um den Umfang nicht übermäßig anschwellen zu lassen.

Zum Schluss wünschen wir unserer Leserschaft viel Freude und Erfolg bei der praktischen Umsetzung des Wissens und bei der Betreuung ihrer Klienten.

Josef Tomasits

Paul Haber

Leistungsphysiologie

Lehrbuch für Sport- und Physiotherapeuten und Trainer

Tomasits, J.; Haber, P.

2016, X, 253 S., Softcover

ISBN: 978-3-662-47259-0