

Inhalt

| | |
|---|-----|
| Vorwort des Direktors des Bundesinstituts | 9 |
| Vorwort der Herausgeber | 11 |
| Politischer Grundsatzvortrag | |
| PETER HAUPT | |
| Rede anlässlich der Eröffnung des Kongresses | 15 |
| Einführungsvorträge | |
| HANS PETER TEWS | |
| Aktivität und Altern in der alternden Gesellschaft | 27 |
| PETER MARTIN / CHRISTOPH ROTT / LEONARD POON | |
| Nur durch Aktivität gesund und zufrieden bis ins höchste Alter? Ergebnisse der Langlebigkeitsforschung | 66 |
| Aktivität und Altern aus Sicht der Bewegungs- und Trainingswissenschaft (Arbeitskreis 1) | |
| Einleitung | 83 |
| HEINZ MECHLING | |
| Hauptvortrag | |
| ROLAND PRINZINGER | |
| Altern und Stoffwechselaktivität | 86 |
| Vorträge | |
| HEINZ MECHLING / MARTIN LAMES | |
| Altern und Trainingsaktivitäten | 109 |

| | |
|--|-----|
| DIRK BÜSCH / MICHAEL SCHRADER | |
| Altersabhängigkeit beim Parameterlernen | 123 |
| HANS-JÜRGEN SCHALLER / CHRISTIANE OKONEK / MARTIN SPAHR | |
| Entwicklung der Wurfakkuranz im fortgeschrittenen Lebensalter | 133 |
| DIETER PACHE | |
| Die Veränderung der motorischen Fähigkeiten in der subjektiven Einschätzung Älterer | 145 |

Aktivität und Altern aus Sicht der Pädagogik / Psychologie (Arbeitskreis 2)

| | |
|-------------------------------|-----|
| Einleitung | 161 |
| HENNING ALLMER / MICHAEL KOLB | |

Hauptvortrag

| | |
|---|-----|
| ANDREAS KRUSE | |
| Aktivität und Altern aus gerontologischer Sicht | 164 |

Vorträge

| | |
|---|-----|
| LUDGER VEELKEN | |
| Aktivität und Altern – aus sozialgerontologischer / geragogischer Perspektive | 181 |
| MICHAEL KOLB | |
| Bewegungsbildung im Alter | 191 |
| HENNING ALLMER | |
| Bewegungs- und Sportaktivitäten Älterer aus psychologischer Sicht – Wissen wir schon alles? | 201 |
| PETRA WAGNER | |
| Aussteigen oder Dabeibleiben? Determinanten der Aufrechterhaltung sportlicher Aktivität in gesundheitsorientierten Sportprogrammen | 211 |
| OLIVER STOLL | |
| Sport und psychische Gesundheit im Alter – Ein Quasi-Experiment | 222 |

Aktivität und Altern aus Sicht der Internistischen Sportmedizin (Arbeitskreis 3)

| | |
|-------------------------|-----|
| Einleitung | 233 |
| AXEL URHAUSEN | |

Hauptvortrag

HEINRICH DORNER

Altern biologisch betrachtet 235

Vorträge

HANS-HERMANN DICKHUTH / KAI RÖCKER / ANDREAS NIESS / ARNO HIPPEL /

HANS-CHRISTIAN HEITKAMP

Altern und Herz 250

MARTIN HUONKER / ARNO SCHMIDT-TRUCKSÄSS / JOSEPH KEUL †

Trainingseinflüsse auf altersbedingte strukturelle und funktionelle
Veränderungen am Herzkreislaufsystem und an der Skelettmuskulatur 258

HOLGER H. W. GABRIEL

Körperliche Aktivität, Alter und Immunsystem 266

JOSEF NIEBAUER

Medikamentöse versus Bewegungstherapie beim alternden Menschen 271

Aktivität und Altern aus Sicht der Soziologie (Arbeitskreis 4)

Einleitung 285

MICHAEL KLEIN

Hauptvortrag

GERTRUD BACKES

Aktivität vs. Rückzug im Alter – gesellschaftliche Möglichkeiten
und Grenzen 289

Vorträge

WERNER PITTSCH / EIKE EMRICH / VASSILIOS PAPATHANASSIOU

Seniorenangebote in deutschen Sportvereinen 305

GUNTHER LÜSCHEN / KARIM ABU-OMAR / OLAF VON DEM KNESEBECK

Körperlich-sportliche Aktivität im Alter und ihr Einfluss auf Gesundheit
und Wohlbefinden 318

ANKE ABRAHAM

Sport und Bewegung im biographischen Kontext. Aktivitätsprofile im Alter
vor dem Hintergrund des gelebten Lebens 329

ROSA DIKEMÜLLER

Feministische Perspektiven auf Aktivität und Altern – oder: Was es heißt:
„Alt zu sein und Frau zu sein und ... sich dennoch zu bewegen!“ 345

| | |
|--|-----|
| BETTINA FRANKE / KURT HAMMERICH / BERNHARD RUHL Temporale Muster und Gesundheitszustand älterer Menschen in der Euregio Maas–Rhein | 356 |
| ULRIKE RÖGER / SIGRID FABER / NINA LEOVIC / EIKE EMRICH Akzeptanz eines Sport- und Bewegungsprogramms durch Menschen ab 60 und Auswirkung auf die Einschätzung des Wohlbefindens der Teilnehmer | 365 |

Aktivität und Altern aus Sicht der Orthopädischen Sportmedizin (Arbeitskreis 5)

| | |
|--|-----|
| Einleitung | 377 |
| LUDWIG ZICHNER | |
| Vorträge | |
| HARTMUT KRAHL | |
| Alterungsvorgänge an Sehnen, Bändern und Gelenken | 378 |
| MICHAEL KRÜGER-FRANKE / BERNHARD SCHURK / ANDREAS KUGLER | |
| Operative Behandlung von Knorpelschäden bei älteren Sportlern | 382 |
| JÜRGEN STEINMEYER | |
| Medikamentöse Behandlung der Arthrose | 391 |
| LUDWIG ZICHNER | |
| Sport bei Arthrose und nach endoprothetischem Gelenkersatz des Hüftgelenkes | 398 |
| Sachindex | 409 |
| Autorenindex | 411 |