

Inhalt

Vorwort	9
HERMANN BUHL Die systematische Wirkung der Hypoxie auf den Organismus als Grundlage der Anwendung als Therapieform bei ausgewählten Krankheiten	11
MARTIN BURTSCHER Einsatz intermittierender Hypoxie in Sport und Training	24
GEORG NEUMANN, STEPHAN SCHULZE & KUNO HOTTENROTT Effekte der akuten Hypoxie auf Parameter der Ausdauerleistungsfähigkeit	33
HANS DIETER ESPERER & KUNO HOTTENROTT Individuelle Autonome Fitness in Sport und Training – Reflexionen über ein neues Konzept in der Belastungssteuerung	46
OLAF HOOS Herzfrequenzvariabilität (HRV) bei sportlicher Belastung	55
DEBORAH LÖLLGEN HRV-Biofeedback: Bewährte Methodik in der Medizin – Neue Ansätze in Sport und Stressmanagement	72
ANDREAS ROSENHAGEN, LUTZ VOGT & WINFRIED BANZER Höhenprofil und Anstiegsgeschwindigkeit als Reizmodulatoren für die autonome kardiale Regulation beim Bergwandern	84
STEPHAN SCHULZE, HENDRIK SCHMIDT & KUNO HOTTENROTT Effekte eines 4-wöchigen Laufbandtrainings unter normobarer Hypoxie auf die Ausdauerleistung und peripher-hypoxische Chemoreflexsensitivität	90
HARRY BOEHM Korrelation der HRV mit dem Lake-Louise-Score im Rahmen einer Elbrus-Besteigung	100

DANIEL NIEDERER, JAVIER GONZALEZ-RIVERA, LUTZ VOGT, CHRISTIAN THIEL, MARKUS HÜBSCHER, ANDREAS ROSENHAGEN & WINFRIED BANZER Akupunktur, Regeneration und kardiale Regulation nach Ausbelastung	111
NICO NITZSCHE, JANINE OELZE, NORA LUDORFF & HENRY SCHULZ Herzfrequenzvariabilität bei der Anwendung der PMR und suggestiver Entspannung	120
STEFANIE RAAF, HANS DIETER HERMANN, DEBORAH LÖLLGEN & JAN MAYER Effektivität von HRV-Biofeedback im Stressmanagement am Arbeitsplatz	127
MATTHIAS WEIPPERT, JAN STIELOW, STEFFI KREUZFELD, MARKUS PREUSS & REGINA STOLL Geistige Anstrengung – Auswirkungen auf kardio-respiratorische Beanspruchungsparameter und Herzratenvariabilität	138
OLIVER OCHENTEL, ANGELINA BRAUN, DOMINIK REIM & OLAF HOOS Herzfrequenzvariabilität (HRV) in Ruhe und Fettoxidation bei Ausdauerbelastung im Laufen	142
TOBIAS BÖSELT & OLAF HOOS Herzfrequenzvariabilität (HRV) und subjektives Belastungsempfinden (RPE) bei erschöpfender Ausdauerbelastung	151
JOHANNES GERHARD, CLEMENS LOTT & OLAF HOOS Herzfrequenzvariabilität (HRV) und subjektives Belastungsempfinden (PE) während spielsportspezifischer Ausdauerbelastung	160
FELIX MEGERLE, DOMINIK REIM, HENNING GIEWEKEMEYER, JOHANNES GERHARD & OLAF HOOS Zusammenhang von Herzfrequenzvariabilität (HRV) und subjektiv empfundener Gesamtbeanspruchung (sRPE) bei Spielsportlern	169
STEFFI KREUZFELD, MATTHIAS WEIPPERT, MARKUS PREUSS, MOHIT KUMAR & REGINA STOLL Effekte eines kombinierten Ausdauer-Kraft-Trainings auf die sympathikovagale Balance von Personen mit moderat erhöhtem kardiovaskulären Risiko	175
ANDREAS ROSENHAGEN, RENÉ HÖHN, LUTZ VOGT, ROLAND HOFSTETTER & WINFRIED BANZER Autonome kardiale Regulation und alpiner Skilauf mit herzkranken Kindern	184

SUSANNE WAIBLINGER, EVA NORDMANN, JESSICA VON HOF, JANINE ASCHWANDEN & NINA M. KEIL, JAN LANGBEIN & CLAUDIA SCHMIED-WAGNER Herzfrequenzvariabilität als Indikator von Belastungen bei Ziegen	194
STEFAN SAMMITO, DARIUS SABINE & IRINA BÖCKELMANN Validierungsstudie zum Einsatz eines funktlosen Brustgurtes	202
MATTHIAS WEIPPERT, ANNIKA RIEGER & REGINA STOLL Individuell unterschiedliche Vergleichbarkeit von R-R-Detektionen mit verschiedenen Messgeräten	212
MATTHIAS WEIPPERT, ANNIKA RIEGER, STEFFI KREUZFELD & REGINA STOLL Validität eines mobilen Multisensor-Systems für die R-R-Intervall-Messung und HRV-Analyse bei psychophysiologischen Fragestellungen	221
Verzeichnis der Erstautorinnen und -autoren	225