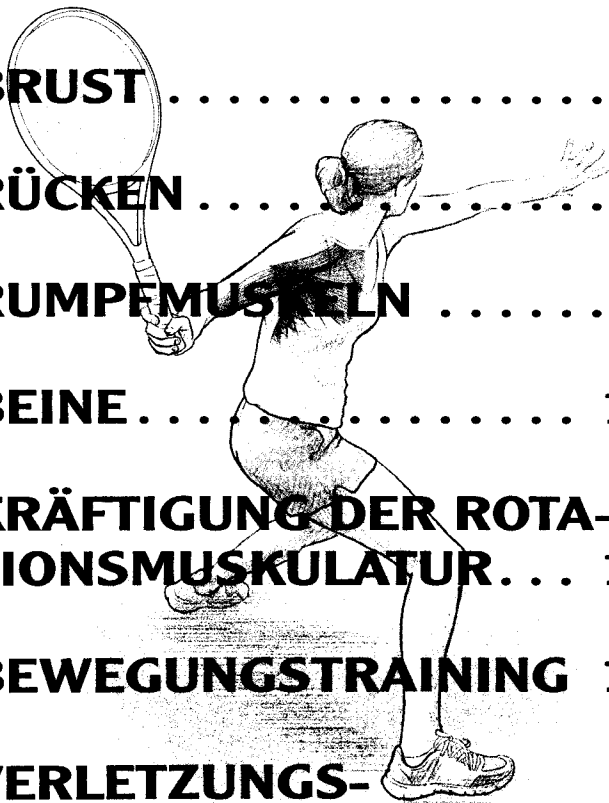


INHALT

Vorwort V
Danksagung VII

KAPITEL	1	DER TENNISPIELER IN BEWEGUNG	1
KAPITEL	2	SCHULTERN	23
KAPITEL	3	ARME UND HANDGELENKE	45
KAPITEL	4	BRUST	67
KAPITEL	5	RÜCKEN	83
KAPITEL	6	RUMPEMUSKELN	99
KAPITEL	7	BEINE	119
KAPITEL	8	KRÄFTIGUNG DER ROTA- TIONSMUSKULATUR	145
KAPITEL	9	BEWEGUNGSTRAINING	165
KAPITEL	10	VERLETZUNGS- PRÄVENTION	181



Übungsübersicht 201
Über die Autoren 205