

## Inhalt

	Seite
<b>Jürgen Wick</b> Aktuelle Entwicklungstendenzen der Wettkampf- und Trainingssysteme in den Ausdauersportarten – Standpunkte und Lösungen aus nationaler und internationaler Perspektive	7
<b>Axel Schürer &amp; André Wilhelm</b> Angewandte Trainings- und Wettkampfforschung als Grundlage zur Aufhellung von Leistungsreserven und Ableitung von Konsequenzen für die Praxis – ein Beitrag zur Optimierung des Trainings in der Sportart Skilanglauf	33
<b>Jens Graumnitz, Jürgen Kückler &amp; Roland Böller</b> Erhöhung der Antriebsleistung in der zyklischen Bewegung der Schwimmarten durch den gezielten Einsatz widerstandserhöhender Trainingsmittel	52
<b>Christian Käding, Matthias Englert &amp; Gerd Lehmann</b> Evaluierung des Leipziger Strömungskanals für die Sportart Kanuslalom	72
<b>Dieter Gohlitz</b> Leistungsabhängige Entwicklungen physiologischer und biomechanischer Größen beim Vita-Maxima-Test im sportlichen Gehen	94
<b>Dieter Gohlitz, Olaf Ernst &amp; Peter Rüdlich</b> Leistungsabhängige Entwicklungen physiologischer und biomechanischer Größen beim Vita-Maxima-Test im Mittel- und Langstreckenlauf – ein Beitrag zur Schaffung von Orientierungsgrößen in der Leistungsdiagnostik	108
<b>Jürgen Kückler</b> Physikalische Grundlagen der Wende im Sportschwimmen	118
<b>Norman Bitterlich &amp; Christine Ostrowski</b> Eine Erfolgskontrolle der Trainingsstruktur im Skilanglauf	136
<b>Nico Espig &amp; Dirk Siebert</b> Überprüfung der Validität von Laufmündungsbewegungen im Rahmen von Biathlon-Schießmessplatzuntersuchungen in Bezug auf die Beurteilung der Biathlonschießleistung unter Feldbedingungen	148
<b>Autorenverzeichnis</b>	168

## Content

	<b>Page</b>
<b>Jürgen Wick</b> Current development trends of competition and training systems in endurance sports – Positions and solutions from a national and international perspective	<b>7</b>
<b>Axel Schürer &amp; André Wilhelm</b> Applied research in training and competition as basis for the clarification of performance reserves and deduction of consequences for training practice – a contribution to training optimisation in cross-country skiing	<b>33</b>
<b>Jens Graumnitz, Jürgen Kuchler &amp; Roland Böller</b> Increase of propulsion in cyclic movement of swimming styles by targeted use of training means with additional resistance	<b>52</b>
<b>Christian Käding, Matthias Englert &amp; Gerd Lehmann</b> Evaluation of the Leipzig flume for the sport of canoe slalom	<b>72</b>
<b>Dieter Gohlitz</b> Performance-dependent development of physiological and biomechanical parameters during the Vita Maxima Test in race walking	<b>94</b>
<b>Dieter Gohlitz, Olaf Ernst &amp; Peter Rüdric</b> Performance-dependent development of physiological and biomechanical parameters during the Vita Maxima Test in middle and long distance running – A contribution to the establishment of benchmarks in performance diagnostics	<b>108</b>
<b>Jürgen Kuchler</b> Physical basics of the swimming turn	<b>118</b>
<b>Norman Bitterlich &amp; Christine Ostrowski</b> Efficiency control of training structure in cross-country skiing	<b>136</b>
<b>Nico Espig &amp; Dirk Siebert</b> Validation verification of muzzle movements in tests at the biathlon measuring station in relation to the assessment of shooting performance in biathlon under field conditions	<b>148</b>
<b>List of authors</b>	<b>168</b>