

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 52 (1995)

**Heft:** 3

**Rubrik:** Aus der Mediothek

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

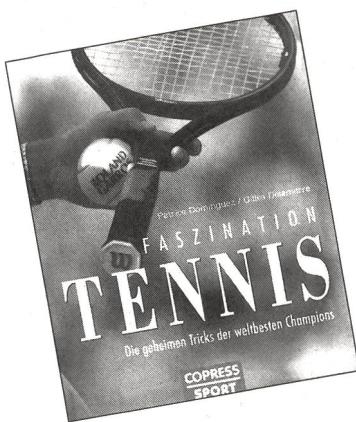
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 17.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Neuerscheinungen

Françoise Matthey



**Dominguez, Patrice; Delamarre, Gilles**  
**Faszination Tennis.** Die geheimen Tricks der weltbesten Champions. München, Copress, 1994. – 176 Seiten, Illustrationen.

Zum ersten Mal enthüllen 23 der weltbesten Champions ihre erfolgreichsten Schläge, verraten Tricks und geben Ratsschläge, wie man sein Spiel verbessern kann. Fundierte Analysen von Patrice Dominguez erläutern darüber hinaus die herausragenden technischen, taktischen und psychologischen Besonderheiten der einzelnen Spieler.

**71.2284/Q**

**Sport Schweiz, Suisse, Svizzera.** Nyon, Sport Schweiz, 1994. – Illustrationen.

Die Olympischen Winterspiele in Lillehammer waren von der Stimmung her wohl die eindrücklichsten aller Zeiten. Bei der Fussball-WM-Endrunde spielten erstmals seit fast drei Jahrzehnten auch die Schweizer wieder mit und erreichten sogar die Achtelfinals. Diese beiden Ereignisse standen im Mittelpunkt des Sportjahres 1994. Namhafte Fotografen und Journalisten haben sich aber natürlich auch weiteren wichtigen Themen gewidmet: Dem Comeback von GC und dem Überraschungscoup von Servette in der Fussball-Meisterschaft, Klotens zweitem Titelgewinn und dem Aufstieg der Eishockey-Nationalmannschaft, den überraschenden Medaillen von Daria Nauer und Mathias Rusterholz bei der Leichtathletik-EM, den Erfolgen der Radprofis Tony Rominger, Pascal Richard und Laurent Dufaux, sowie unserer Reiter. Für die Tennisfreunde wird

Die Bücher der ESSM-Bibliothek können nicht gekauft, sondern während 1 Monat gratis ausgeliehen werden.

Gstaad vorgestellt und seine Entwicklung von der einst familiär anmutenden «Ferienkonkurrenz» zum «Roland Garros der Alpen». Die Kapitel «Das Brett, das die Welt bedeutet» und «Gratislektion der NBA-Stars» sind den beiden Boom-Sportarten Snowboard und Basketball gewidmet.

**70.1522/Q**

**Neumann, Hannes**

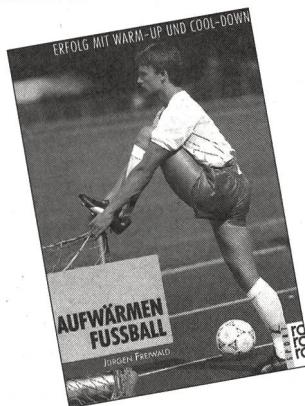
**Streetball Know-how.** München, BLV, 1994. – 94 Seiten, Illustrationen.

Let's play Streetball! Die heisse Action auf Asphalt ist angesagt. Basketball auf der Strasse gibt ein neues Lebensgefühl. Streetball kann jeder spielen. Zwei Teams, ein Korb, keine komplizierten Regeln, aber jede Menge Spass. Mit Fingerspitzengefühl und Fun im Team. Ein Buch über das Spiel der Strasse, das den Nerv der Jugendlichen trifft.

**71.2289**

**Freiwald, Jürgen**

**Aufwärmen Fussball.** Erfolg mit Warm-up und Cool-down. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1994. – 159 Seiten, Illustrationen.



Aufwärmen gehört zum Pflichtprogramm jeder Sportart im Leistungssport wie im Freizeitsport, denn richtiges Aufwärmen verbessert alle Leistungsdimensionen und vermindert die Verletzungsgefahr.

In diesem Buch finden Fussballspieler aller Leistungsklassen eine reichhaltige Auswahl von Übungen zum allgemeinen, speziellen und individuellen Warm-up und Cool-down. Ausserdem erfährt man alles Wissenswerte über die Grundlagen des Aufwärmtrainings.

**71.2257**

**Wegner, Manfred**

**Konzentration und Konzentrations-training im Hallenhandball.** Theorie und Empirie. Bonn, Holos, 1994. – 181 Seiten, Figuren.

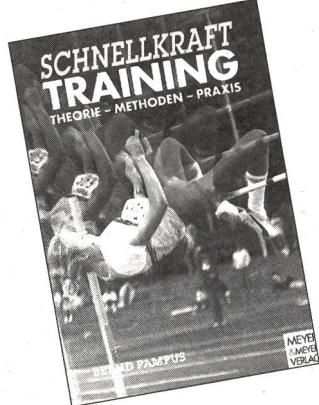
Sieg oder Niederlage – umgangssprachlich wird mit Konzentration eine

psychische Variable beschrieben, die unmittelbar mit sportlicher Leistung und «psychischem Funktionieren» assoziiert wird. Was verbirgt sich hinter dem Konstrukt? Kann man Konzentration operationalisieren – kann man Konzentration systematisch trainieren? In der vorliegenden Arbeit wird Konzentration nicht als eindimensionale Fähigkeit, sondern als mehrdimensionales, veränderbares Verhaltenskonstrukt definiert. Operationalisiert wird Konzentration in anforderungsbezogenen Miniatarsituationen, d.h. in definierten, sportartspezifischen Aufgaben und standardisierten Situationsbedingungen. In vier aufeinander bezogenen labor- und feldexperimentellen Studien im Sportspiel Handball werden einerseits die Bedingungen geprüft, in denen Konzentration verhaltenswirksam wird, andererseits die Effizienz eines auf den Trainingsprozess übertragenen psychologischen Trainings untersucht. Die Leistungsanalysen sind weitgehend hypothesenkonform. Die Validität der Miniatarsituationen kann anhand der Spielleistungsdaten aus Wettkampfspiele gesichert werden. Die experimentellen Studien zeigen verschiedene Wege auf, eine anwendungsbezogene sport-psychologische Forschungsfrage zu bearbeiten, um wissenschaftlich fundierte Empfehlungen für den Trainingsprozess abzuleiten.

**01.1008**

**Pampus, Bernd**

**Schnellkrafttraining.** Theorie – Methoden – Praxis. Aachen, Meyer & Meyer, 1995. – 188 Seiten, Figuren, Illustrationen.



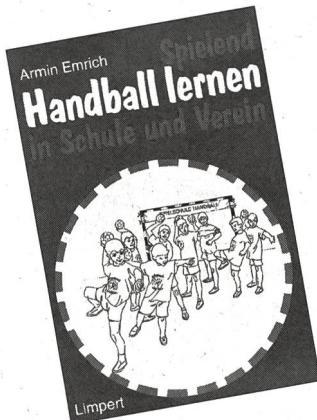
Die Schnellkraft als eine von vier Kraftfähigkeiten spielt insbesondere in solchen Sportarten oder Disziplinen eine Rolle, bei denen es, wie beispielsweise beim Sprinten und Springen darum geht, den eigenen Körper oder Körperteile und mit ihnen Sportgeräte in hohem Masse zu beschleunigen. Aus physiologischer Sicht spielt dabei die Geschwindigkeit, mit der das neuromuskuläre System Kraft bildet, eine entscheidende Rolle.

Das Buch orientiert sich an den neuen Erkenntnissen auf dem Gebiet des Krafttrainings. Es versucht, auch dem weniger kundigen Leser auf verständliche Art und Weise die physikalischen Bedingungen und die physiologischen Einflussfaktoren zu erläutern. Die Ausführungen offenbaren die trainingsmethodischen Konsequenzen, die sich in einer veränderten, neuen Methodenkonzeption niederschlagen. Die hier vorgestellten Denkansätze und Perspektiven sollen zu einem effizienten Schnellkrafttraining und damit zu einer optimalen Leistungsentwicklung in den schnellkraftrrelevanten Sportarten beitragen.

70.2828

Emrich, Armin

**Spielend Handball lernen in Schule und Verein.** Wiesbaden, Limpert, 1994. – 99 Seiten, Figuren, Illustrationen.



Kinder und Schüler üben zuviel und spielen zuwenig. «Spielend Handball lernen» zeigt verschiedene methodische und organisatorische Möglichkeiten, wie auf spielerische Art und Weise technisch-taktische Elemente des Handballspiels vermittelt werden können.

Die Spielreihe ist in allen Altersstufen anwendbar und kann ohne spezielle Fachkenntnisse umgesetzt werden. Besonders die Praxisprobleme in Schule und Verein werden aufgegriffen und Lösungsmöglichkeiten aufgezeigt.

71.2293

Treutlein, Gerhard; Funke, Jürgen; Sperle, Nico

**Körpererfahrung im Sport.** Wahrnehmen – Lernen – Gesundheit fördern. Aachen, Meyer & Meyer, 1992. – 340 Seiten.

Körpererfahrung, Körperbewusstsein und Innenperspektive sind Ausdruck einer veränderten Sicht- und Vorgehensweise in der Sportpädagogik. Körpererfahrung soll den Blick nach innen öffnen.

Die Auswirkungen von Sport sind bekannt. Dass Sport nach innen wirkt,

wurde in der Praxis in den letzten Jahrzehnten vernachlässigt.

In dem vorliegenden Band betrachten sportlich erfahrene und wissenschaftlich ausgewiesene Autor/-innen vorwiegend die Innenperspektive von Bewegung, Sport und Spiel. Sie zeigen, wie der Körper erfahren wird: in der Leichtathletik, im Judo, Turnen, Schwimmen, Skilauf, Klettern, Ringen, Tennis, in Basketball, Volleyball, Handball und Fussball. Sie geben Hinweise für ein körper- und gesundheitsbewusstes Erleben, Lernen, Üben und Trainieren.

Grundlagenartikel zur Körpererfahrung und sportübergreifende Beiträge runden die Texte ab. Das Buch stellt eine wesentliche Ergänzung der Trainings- und der Didaktikliteratur dar.

70.2732

9.332-13

Rau, Walter

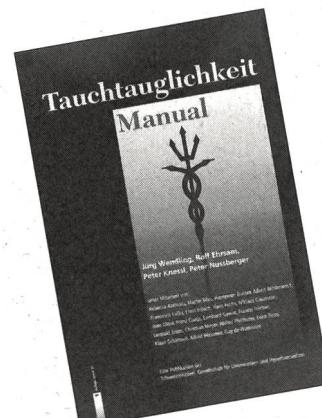
**Traumhaft Snowboarden.** Das offizielle DSDV-Lehrbuch. Düsseldorf, Rau, 1994. – 128 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Spaß ohne Grenze und das Gefühl von Freiheit – das ist Snowboarden. Hier ist ein Buch, das Euch zeigt wie's geht. Die Profis des DSDV-Lehrteams geben alle Hilfen, Anleitungen, Tips und Informationen für Snowboard-Freaks und die, die es werden wollen. Ihr findet alles über Material, Aufwärmnen, Elementar- und Basistechniken, Freeride, Carven, Kinder-Snowboarden, Wettkampf, Lawinenkunde, Ausgleichssport, Regeln, Adressen, Snowboard-Gebiete.

77.927

Wendling, Jürg; Ehksam, Rolf; Knessl, Peter; Nussberger, Peter

**Tauchtauglichkeit Manual.** Vernier, Schweizerische Gesellschaft für Unterwasser- und Hyperbarmedizin, 1995. – 167 Seiten.



Das Sporttauchen erfreut sich zunehmender Beliebtheit und die Zahl der Tauchanfänger wie auch der erfahrenen Taucher steigt rasch an. Um Tauchunfälle

len vorzubeugen, werden seit einiger Zeit regelmässige medizinische Kontrollen der Tauchtauglichkeit empfohlen oder sogar zwingend vorgeschrieben. Hierzu enthält dieses Manual Richtlinien und Empfehlungen, die dem heutigen Stand des Wissens entsprechen.

06.2238

*Deutscher Turner-Bund; Organisationskomitee Deutsches Turnfest Hamburg 1994*

**Deutsches Turnfest Hamburg 1994.** Wiesbaden, Limpert, 1994. – 200 Seiten, Illustrationen.



Dieses Turnfest mit 100 000 Mitwirkenden ist ein Beispiel für die Leistungsfähigkeit des Deutschen Turner-Bundes und seiner Landesverbände. Es ist weltweit das grösste Breitensportfest in der Vielfältigkeit der Angebote und in der Zahl der Beteiligten. Dieser offizielle Dokumentationsband zeigt das gesamte Spektrum dieser einzigartigen Veranstaltung.

72.1304/Q

Grosser, Manfred; Zintl, Fritz

**Training der konditionellen Fähigkeiten.** Schorndorf, Hofmann, 1994. – 157 Seiten, Figuren, Tabellen.

Der vorliegende Studienbrief behandelt den für die sportliche Leistung so fundamentalen Bereich der konditionellen Fähigkeiten und enthält:

- Kondition: Begriff, konditionelle Fähigkeiten und Realisierungsvoraussetzungen
- Allgemeine Grundlagen zum Konditionstraining: Grundbegriffe zur Belastungsgestaltung; Trainingsprinzipien
- Zur Steuerung und Regelung der Kondition
- Kraft und Krafttraining
- Schnelligkeit und Schnelligkeitstraining
- Flexibilität und Flexibilitätstraining
- Ausdauer und Ausdauertraining
- Zusammenfassende Hinweise zum sportartspezifischen Konditionstraining.

9.363-20