

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

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 52 (1995)

Heft: 7

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

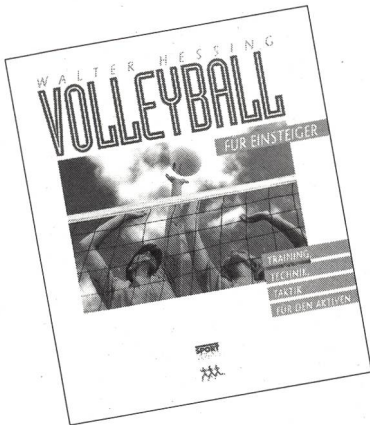
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

Download PDF: 15.04.2026

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

Neuerscheinungen

Françoise Matthey



Hessing, Walter

Volleyball für Einsteiger. Training, Technik, Taktik für den Aktiven. Berlin, Sportverlag, 1993. – 109 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Das trainingsbegleitende Buch für Einsteiger und aktive Volleyballer, die immer noch dazulernen wollen und einfach nicht genug wissen können über ihren Sport, stellt die folgenden Fragen:

- Wie schlägt man eine Flatteraufgabe?
- Was muss man tun, um am Netz höher als die anderen zu steigen?
- Mit welcher Taktik kann man auch mal seine eigenen Schwächen kompensieren.

Solche und ähnliche Fragen werden fachmännisch und anschaulich beantwortet. Zudem gibt es zahlreiche Trainertips, interessante Randinformationen und die wichtigsten Regeln.

71.2302

Asmus, Stefan; Hönl, Michael; Piekarski, Volker

Fussballtraining für Kinder und Jugendliche. Niedernhausen, Falken, 1994. – 119 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Fussball ist und bleibt – auch und vor allem für den Nachwuchs – die Sportart Nr. 1, besonders, wenn das Training Spass macht. Trainer und Betreuer von Kinder- und Jugendmannschaften, aber auch interessierte Jugendliche erhalten in diesem Buch praxisnahe Anregungen für die Gestaltung eines dem jeweiligen Entwicklungs- und Könnensstand angemessenen Fussballtrainings. Auf der Grundlage der im einführenden Teil be-

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

schriebenen aktuellen Trainingswissenschaftlichen Erkenntnissen werden im Praxisteil über 140 Übungs- und Spielformen mit Hilfe farbiger Zeichnungen leichtverständlich dargestellt. Besonderes Augenmerk wurde dabei auf die Schulung der koordinativen Fähigkeiten, die Förderung des variantenreichen Fussballspiels und die Betonung des spielnahen Lernens gelegt. Eine kurze Darstellung wesentlicher Erste-Hilfe-Massnahmen sowie Empfehlungen für eine bedarfsgerechte Ernährung runden den Band ab.

71.2304

Rothert, Horst

Ringens für Einsteiger. Berlin, Sportverlag, 1994. – 159 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Je mehr der junge Ringer von seiner Sportart versteht, desto besser kann er seine Kraft, die bereits erlernten Techniken, seinen Kampfgeist in gute Leistungen auf der Matte umsetzen. «Ringens für Einsteiger» hilft ihm dabei.

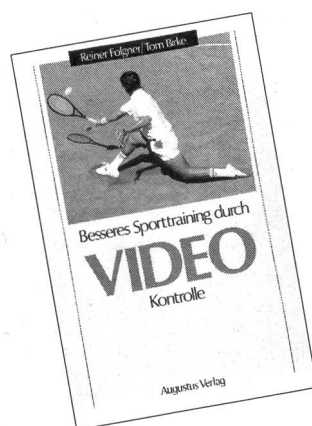
Der Vorteil dieses Handbuches: Der Aktive kann

- die Feinheiten der einzelnen Techniken gründlich studieren
- eigene Fehler besser erkennen und korrigieren
- die Wettkampffregeln nachschlagen
- dem Trainer «über die Schultern schauen».

76.602

Folgener, Reiner; Birke, Tom

Besseres Sporttraining durch Videokontrolle. Augsburg, Augustus, 1994. – 176 Seiten, Figuren, Illustrationen.



In diesem Buch haben es sich die Autoren zur Aufgabe gemacht, Sportlern, Trainern und allen anderen Sportinteressierten zu zeigen, wie wichtig das Medium Video in nahezu allen Sportarten, von der Leichtathletik über den Skisport bis hin zu Tennis und Tanzen sein kann, um die eigenen Leistungen zu verbessern und zu dokumentieren. Bei allen

Mannschaftssportarten findet die Videotechnik ebenfalls Einsatz zur Überprüfung von Taktik und Spielzügen und nicht zuletzt zur Vorbereitung auf die gegnerische Mannschaft. Neben der Leistungssteigerung kann die Analyse der Videoaufnahmen durch Mediziner und Orthopäden auch gesundheitlichen Schäden vorbeugen.

70.2838

Thränhardt, Carlo

Helden auf Zeit. Gespräche mit Olympiasiegern: Henry Maske, Zita Funkenhauser, Boris Becker, Heike Henkel, Rolf Milser, Dietmar Mögenburg, Kristin Otto, Christian Schenk, Fredy Schmidtke, Frank Wieneke. Köln, Kiepenheuer & Witsch, 1994. – 218 Seiten, Illustrationen.



Für dieses Buch über die Welt des Hochleistungssports ist der ehemalige Hochsprungweltrekordler Carlo Thränhardt auf die andere Seite des Mikrophons gewechselt. Mit zehn bekannten deutschen Spitzensportlern, die alle einmal olympisches Gold gewonnen haben, hat er lange Gespräche über ihre Karriere, ihre Sportart, über ihren Olympiasieg, über das Leben in den luftigen Höhen des Leistungssports geführt.

09.470

Hartmann, Robert

Die grossen Leichtathletik-Stars. München, Copress, 1993. – 176 Seiten, Illustrationen.

«Die grossen Leichtathletik-Stars» bietet eine Fülle an spannend zu lesenden Geschichten, Hintergrundinformationen und Insiderberichten. Darüber hinaus ist dieser Band ein umfassend informierendes Nachschlagewerk über bedeutende internationale Stars der Leichtathletik:

Roger Bannister, Dieter Baumann, Bob Beamon, Abebe Bikila, Sergej Bubka, Ron Clarke, Mildred Didrikson, Dick Fosbury, Walter G. George, Rudolf Harbig, Armin Hary, Ben Johnson, Carl Lewis, Ulrike Meyfarth, Paavo Nurmi, Parry O'Brien, Al Oerter, Jesse Owens, Mike

Powell, Henry Rono, Heide Rosendahl, Wilma Rudolph, Jim Thorpe, Emil Zatopek.

Mit wichtigen statistischen Angaben und vielen seltenen Bilddokumenten.
73.648/Q

Chevalier, Philippe; Schori, Beat
Wettkampftechnik und Trainingsmethoden. Bern, Schweizerischer Ski-Verband, 1995. – 128 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Niemand wird nach intensivem Studium dieses Buches besser skifahren. Aber ohne ein gutes Mass an Fachwissen in bezug auf Technik, Methodik und Planung, verliert man in der täglichen Arbeit als Ausbilder und Trainer leicht den «roten Faden».

Im Skisport allgemein und im Rennsport um so mehr, durchläuft ein Schüler oder ein «Talent» mehrere Stufen. Gerade deshalb ist eine gemeinsame Sprache und ein hohes Mass an Übereinstimmung in technischen, methodischen und planerischen Belangen von grosser Bedeutung.

77.931/Q

Bittmann, Frank

Körperschule. Das Programm für die Gesundheit. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1995. – 224 Seiten, Figuren, Illustrationen.



Unser modernes Leben wird mehr und mehr vom Sitzen bestimmt. Die «Körperschule» zeigt, dass jeder aktiv Wirbelsäulenerkrankungen entgegenwirken und sein allgemeines Wohlbefinden steigern kann, wenn die Probleme rechtzeitig erkannt werden. Übungen zur mentalen Entspannung und Schulung der Wahrnehmung bilden die Grundlage des Übungsprogramms. Die Dehnung verspannter und verkürzter Muskeln ist der nächste wichtige Schritt, bevor Sie lernen, Fehlhaltungen und über Jahre erworbene falsche Bewegungsmuster zu korrigieren und Alltagsbewegungen schonend auszuführen. Das vielseitige Programm mit Atem- und Feldenkrais-

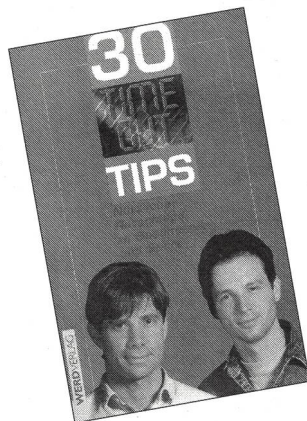
Übungen sowie Elementen aus dem Yoga und asiatischer Kampfkünste eignet sich hervorragend auch für zu Hause.

Dem Übungsteil sind Überlegungen zu den biologischen Grundlagen von Haltung und Bewegung und zu den Mechanismen, die uns krank machen, vorangestellt. In einem speziellen Abschnitt gibt es Fachleuten Informationen zu Inhalten, Gestaltung und Organisationen dieses Systems der Gesundheitsförderung.

72.1312

Masafret, Martin

30 Time Out-Tips. Nützliche Ratschläge zu Gesundheit und Sport. Zürich, Benti-Werd, 1994. – 174 Seiten, Figuren, Illustrationen.



Ski, Fitness, Velo: Viele tun etwas für ihre Gesundheit und treiben Sport zum Ausgleich des bewegungsarmen Büroalltags Sport. Die Ausrüstungsindustrie hat den Freizeittrend zum Sport erkannt und wartet mit einem umfangreichen Angebot auf. Für die Konsumentinnen und Konsumenten ist es fast unmöglich geworden, die richtige Auswahl zu treffen.

In diesem Buch geben anerkannte Experten Hinweise über Trainingsgestaltung, Materialauswahl, Prävention und Behandlung von Sportverletzungen.

06.2249

Heckmair, Bernd; Michl, Werner

Erleben und Lernen. Einstieg in die Erlebnispädagogik. Neuwied, Luchterhand, 1994. – XII, 228 Seiten.

Seit Mitte der 80er Jahre boomt die Erlebnispädagogik in allen Feldern der erzieherischen Praxis. In der sozialpädagogischen Theoriebildung fand sie bislang wenig Beachtung. Die Verfasser schliessen mit dem vorliegenden Band eine Lücke. In einem Streifzug stellen sie die Variante handlungsorientierter Pädagogik mit ihren Wurzeln, über verschiedene Entwicklungslinien im In- und Ausland bis hin zu ihrem aktuellen Standort vor.

03.2392

Sklorz, Martin; Michaelis, Ralf

Richtig Tischtennis. München, BLV, 1995. – 127 Seiten, Figuren, Illustrationen.

Anfänger und Interessierte erhalten spezielle Ratschläge und Tips zum Tischtennispielen. Das Buch bietet eine praktische Anleitung hinsichtlich Ausrüstung, Technik, Training und Taktik des Spiels. Neben den wichtigsten Grundlagen (Spielregeln, Zählweise, Theorie) werden die verschiedenen Schlagarten durch viele Bildserien demonstriert.

71.1610

Pühse, Uwe

Soziales Handeln im Sport und Sportunterricht. Schorndorf, Hofmann, 1994. – 247 Seiten, Figuren.

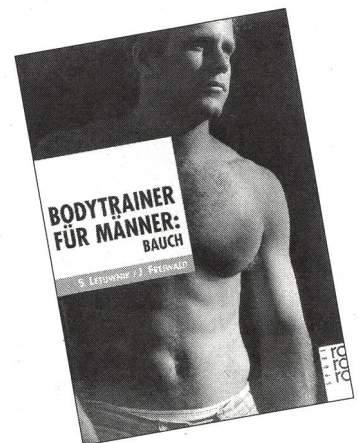
Der Reader versucht einen Bogen zu spannen von allgemeinpädagogischen, entwicklungspsychologischen und jugendsoziologischen Beiträgen über neuere theoretische Ansätze zum sozialen Handeln im Sport bis hin zu pragmatischen Fragestellungen und wirft so aus verschiedenen Perspektiven einen Blick auf dieses weite und nur schwer greifbare Feld sportlichen bzw. sportpädagogischen Handelns.

03.2389

9.170-28

Letuwnik, Sabine; Freiwald, Jürgen

Bodytrainer für Männer: Bauch. Reinbek bei Hamburg, Rowohlt, 1995. – 124 Seiten, Illustrationen.



Die Problemzone des Mannes ist der Bauch! Mit diesem Buch und den angebotenen Übungen und Programmen können Sie in kurzer Zeit und mit wenig Aufwand die Problemzone zur Normalzone werden lassen. Mit den Fotos können Sie alle Übungen sehr leicht nachvollziehen, und die Programme helfen Ihnen, auf sanfte Weise in Form zu kommen und Ihre Figur zu verbessern, dabei müssen Sie nicht mehr als 15 Minuten Zeit pro Tag investieren.

72.1313