

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	5
<b>Regensburg 2001</b>	
<b>Georg Neumann &amp; Oliver Volk</b> Hormonelle Regulation beim Dreifachlangtriathlon	7
<b>Rudolf Lorenz, Michael Schlitter &amp; Dieter Jeschke</b> Anaerobe versus aerobe Leistungsfähigkeit bei Triathleten	23
<b>Andreas Marka</b> Achillessehnenbeschwerden bei Triathleten – Diagnostik und Therapie	35
<b>Maren Witt, Georg Neumann &amp; Anneliese Berbalk</b> Bedeutung der Atemfrequenz in der Diagnose der Kraftvoraussetzungen der oberen Extremitäten	41
<b>Bad Segeberg 2002</b>	
<b>Georg Neumann &amp; Martin Lang</b> Zur Quantifizierung der Anpassung an Triathlontraining	49
<b>Anneliese Berbalk &amp; Georg Neumann</b> Schwellendiagnostik in den Ausdauersportarten auf der Grundlage der Herzfrequenzvariabilität	63
<b>Heiko Ziemainz, Oliver Stoll, Claudia Küster &amp; Katrin Adler</b> Evaluation psychologischen Trainings im triathlonspezifischen Disziplinwechsel – Eine Pilotstudie	75
<b>Silke Bauer</b> Wintertriathlon – Analyse der Leistungsstruktur und Ansätze zur Entwicklung eines Systems zur komplexen Leistungsdiagnostik	83
<b>Arndt Pfützner</b> Wirkungsweise des Trainer-Beratersystems im Triathlon am Beispiel einer Spitzentriathletin	93

**Thomas Moeller**

Wettkampfanalyse in der Teildisziplin Lauf zur  
Deutschen Meisterschaft Triathlon Olympische Distanz 2002  
am Beispiel der Männer

111

**Siegfried Breitenbach**

Kinesio-Taping – eine neue, revolutionäre Technik!

121

**Werner Seebauer**

Oxidativer Stress im Sport und die Schwächung des  
Immunsystems – Kompensationsmöglichkeiten

129