

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	5
<b>Josef Beil</b> Muskuläre Leistungs- und Funktionsdiagnostik im Leistungs- und Freizeitsport und die Integration in die Trainingssteuerung	7
<b>Andreas Marka</b> Stressfrakturen im Triathlon	13
<b>Martin Huonker/Stefan Sorichter/Josef Keul</b> Grenzen der Ausdauerleistungsfähigkeit	19
<b>Christoph Simsch/Dana Moshidi-Mühl/Zlatko Trajanoski/ Jürgen Michael Steinacker/Manfred Lehmann</b> Verhinderung einer belastungsinduzierten, physiologischen Insulinresistenz durch regelmäßige Kohlenhydratsubstitution	25
<b>Birgit Franz</b> SPONET – Die Such- und Findmaschine für sportwissenschaftliche und sportfachliche Internet-Quellen als Kern der „Virtuellen Bibliothek Trainingswissenschaft“	33
<b>Olaf Ernst/Arndt Pfützner</b> Internationale Entwicklungstendenzen in der Sportart Triathlon Olympische Distanz in Auswertung des Triathlon-Weltcups und der Triathlon-Weltmeisterschaft am 16. und 30.4.2000 in Sydney und Perth	45
<b>Georg Neumann/Arndt Pfützner</b> Höhentraining im Triathlon	61
<b>Maren Witt</b> Ergebnisse der Seilzugergometrie für die oberen Extremitäten bei Triathleten	87
<b>Werner Seebauer</b> Nahrungssupplementation, Vollwerternährung und oxidativer Stress im Hochleistungssport	95
<b>Birgit Franz</b> Round Table: Die Zukunft des Triathlonsports nach Olympia 2000	179