

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	4
Ich studiere an	5
Sport - Sinn und Wahn	8
Leichtathletik	12
1. Einführung	12
2. Laufen und Gehen	12
3. Technische Disziplinen	14
Basketball	22
Fußball	28
Handball	35
Volleyball	40
Tennis	45
Eishockey	49
Eiskunstlauf	53
Eisschnellauf	57
Gymnastik	59
Rhythmische Sportgymnastik	63
Geräteturnen	72
Schwimmsport	78
Alpiner Skilauf	85
Skilanglauf	89
Skispringen	91
Nordische Kombination	92
Wandern	93
Radwandern	97
Schulsport	100
Sport für alle	103
Erlebnispädagogik	106
Der menschliche Körper	109
Knochensystem	110
Muskelsystem	113
Innere Organe	115
Regeneration	116
Rehabilitation	118
Ernährungszustand, Kräftezustand und Leistungsförderung	119
Bewerbung um ein Auslandsstipendium	123