

## Rezension in der Zeitschrift „Sport in Hessen“ 12/2017

---

**Handbuch Trainingswissenschaft**  
**Trainingslehre, Hottenrott/Seidel (Hrsg.).**  
**Hofmann-Verlag,**  
**ISBN 978-3-7780-4004-1, 49,90 Euro**

Das „Handbuch Trainingslehre“ von Martin, Carl und Lehnertz (Erstauflage 1991) war viele Jahre das Standardwerk für die universitäre Lehre und für die Trainerausbildung. Nun wurde es komplett neu konzipiert mithilfe von über 50 Experten an die aktuellen Wissensstände aus den Bereichen Sport- und Trainingswissenschaft sowie Trainingslehre angepasst. Die zentralen Bereiche Training, Leistung und Wettkampf wurden um das Gebiet Diagnostik erweitert. Zu zeitgemäßem leistungssportlichen Training gehört aber auch die Auseinandersetzung mit Themen wie Regeneration, Sicherung der Belastbarkeit, mentales Training, Training bei chronischen Erkrankungen und unter veränderten Umweltbedingungen, Ernährung oder Dopingprävention. Das Handbuch richtet sich an alle Männer und Frauen mit Interesse am Leistungssport, insbesondere an Sportstudierende, Trainer, Sportlehrer, Athleten sowie Dozenten.

Kuno Hottenrott & Ilka Seidel (Hrsg.)

## Handbuch Trainingswissenschaft – Trainingslehre

Reihe Beiträge zur Lehre und Forschung im Sport · Band 200

Neue Wissensbestände und Erkenntnisse der letzten Jahre aus unterschiedlichen Bereichen des Sports, der Trainingspraxis, der Trainingslehre und Trainingswissenschaft sowie der gesamten Sportwissenschaft legten es nahe, das Handbuch Trainingslehre neu zu konzipieren.

Neu ist eine Erweiterung der bisherigen drei Gegenstandsbereiche Training, Leistung und Wettkampf um den Gegenstandsbereich Diagnostik. Darüber hinaus wurden neue Themenbereiche im Kontext des leistungssportlichen Trainings einbezogen wie die Sicherung der Belastbarkeit, Regeneration, mentales Training, Training bei chronischen Erkrankungen und unter veränderten Umweltbedingungen, Er-

nährung oder Dopingprävention. Um die Qualität, Aktualität und Vielfalt des Wissensstandes abzusichern wurden über 50 Expertinnen und Experten in die Erarbeitung der Kapitel dieses Handbuches eingebunden.

Das Handbuch richtet sich an alle am Leistungssport Interessierten, insbesondere an Sportstudierende, Trainerinnen und Trainer, Sportlehrerinnen und Sportlehrer, Athletinnen und Athleten sowie Dozentinnen und Dozenten.

**2017. DIN A5, 528 Seiten**

**ISBN 978-3-7780-4004-1**

**Bestell-Nr. 4004 · 49.90 EUR**

**E-Book auf [sportfachbuch.de](http://sportfachbuch.de) · 39.90 EUR**

**Hofmann-Verlag: [www.sportfachbuch.de](http://www.sportfachbuch.de)**