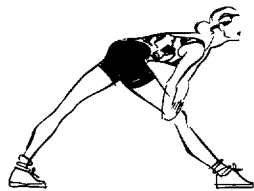


Bei der Durchführung von Dehnübungen gab es bisher einerseits terminologische Unklarheiten im Hinblick auf die Definition des aktiven und passiven Dehnens, andererseits wurden handlungstheoretische Überlegungen vernachlässigt. *Glück et al.* unterbreiten einen Vorschlag zur Neustrukturierung dieses Themenkomplexes und stellen die Auswirkungen



von 3 unterschiedlichen Dehnungsformen (direkte und indirekte Eigendehnung sowie indirekte Fremddehnung) auf sensomotorische Parameter vor. Die Ergebnisse sprechen für einen leichten Vorteil der direkten Eigendehnung (S. 66).

Ziel der Untersuchung von *Saur et al.* war die Untersuchung des Magnesium-Haushalts von Ausdauersportlern. Die Studie bestätigte, dass Ausdauersportler häufiger einen Magnesiummangel aufwiesen als Personen, die keinen Ausdauersport betrieben. Dieser Mangel wurde verursacht durch eine erhöhte renale Magnesiumausscheidung. Obwohl die Sportler eine erhöhte Magnesiumzufuhr durch die Nahrung zeigten, reichte die zugeführte Magnesiummenge nicht aus, den Magnesiumstatus ausgeglichen zu halten (S. 72).

Krafttraining ist heute fester Bestandteil des Trainings in nahezu jeder Sportart. Jedoch bestehen in bestimmten Disziplinen, wie im Ausdauer- oder Sportspielbereich, noch berechnete Unsicherheiten über die adäquaten Belastungen. *Fröhlich et al.* untersuchten, inwiefern im oberen Hypertrophietrainingsbereich ein festes Verhältnis von deduzierter Belastungsintensität und Wiederholungszahl über mehrere Serien existiert. Darüber hinaus sollte eruiert werden, inwieweit sich eine intensitätsorientierte von einer wiederholungszahlorientierten Belastungsgestaltung unterscheidet, wenn der Parameter physikalische Arbeit berücksichtigt wird.



## Editorial

Evidenced based medicine .....	65
<i>K.-M. Braumann</i>	

## ORIGINALIA

Bewegungsreichweite, Zugkraft und Muskelaktivität bei eigen- bzw. fremdregulierter Dehnung .....	66
<i>Glück S, Schwarz M, Hoffmann U, Wydra G</i>	
Evaluation des Magnesiumstatus bei Ausdauersportlern .....	72
<i>Saur P, Joneleit M, Tölke H, Pudel V, Niedmann PD, Kettler D</i>	
Belastungssteuerung im Muskelaufbautraining Belastungsnormativ Intensität versus Wiederholungszahl .....	79
<i>Fröhlich M, Schmidtbleicher D, Emrich E</i>	

## STANDARDS IN DER SPORTMEDIZIN

Sympathoadrenerges System und Katecholamine im Sport .....	84
<i>Strobel G</i>	

## AKTUELLES

### Kongressberichte

Doping-Presskonferenz des BiSp und der Anti-Doping-Kommission von DSB und NOK 12.3.2002 in Bonn .....	88
17. Kongress "Arzt und Athlet" 7./8. Dezember 2001 in Göttingen .....	87

Sportorthopädie – Sporttaumatologie Interdisziplinärer Kongress 15.-16.2.02 in Köln .....	88
--	----

Leserbrief zu „Sportliche Belastungsfähigkeit bei orthopädischen Deformitäten der Wirbelsäule im Kindesalter“ .....	91
---	----

Buchbesprechungen .....	94
-------------------------	----

## HERAUSNEHMBARER INNENTEIL

Wichtige Anschriften in der DGSP .....	I
Fort- und Weiterbildungsveranstaltungen April bis Mai 2002 .....	II
Aktuelle Informationen .....	IV
Impressum .....	64