

In diesem Heft wurde der Fokus auf Themen rund um den Muskel und die neuromuskuläre Kopplung gelegt. Böning gibt in dem einleitenden Editorial einen Überblick über die exzentrische Arbeit des Muskels. Dabei veranschaulicht er die Thematik und die Vorgänge im Muskel mit plastischen und realitätsnahen Metaphern, die den Beitrag sehr lebendig werden lassen. Die Artikel setzen sich mit Behandlungsmöglichkeiten von Außenbandverletzungen des Sprunggelenkes und den Effekten von maschinengeschütztem Krafttraining in der Behandlung chronischer Rückenschmerzen auseinander. Darüber hinaus werden herkömmliche mit neuen Methoden des sensomotorischen Trainings verglichen und die Akzeptanz von Dehnübungen unter Leistungssportlern ermittelt.

S. 57 In der Übersichtsarbeit von Best et al. werden die **AKTUELLEN** und **NEUEN KONZEPTE** in der Behandlung von **AUSSEN-BAND-VERLETZUNGEN** des **SPRUNGGELENKES** vor dem Hintergrund der manchmal unbefriedigenden Ausheilung, der eigentlich unkomplizierten Verletzung, vorgestellt und diskutiert. Zudem werden gängige Behandlungsmethoden nochmals anhand aktueller Literatur erörtert.

S. 63 Die Nintendo Wii Fit mit dem dazu gehörenden Balance Board könnte die neue Generation des sensomotorischen Trainings werden. Ob ein **COMPUTERSPIEL** tatsächlich das herkömmliche **SENSOMOTORISCHE TRAINING** ersetzen kann und ähnlich gute Ergebnisse erzielt, vergleichen Röttger et al. in der vorliegenden Originalarbeit. Dabei wurde sowohl die Anpassung der posturalen Stabilität als auch die Entwicklung der Kraftfähigkeit überprüft und verglichen. Die Ergebnisse verwundern wenig und lassen auf weitere Auseinandersetzung mit der Thematik hoffen.

S. 69 Anhand einer Studie mit 58 Probanden hat Stephan et al. die Effekte **MASCHINENGESCHÜTZTEN KRAFTTRAININGS** bei **PATIENTEN** mit **CHRONISCHEM RÜCKENSCHMERZ** untersucht. Nach 6 Monaten konnte man eine relevante Schmerz- und Beeinträchtigungsreduktion erkennen. Es wurde festgestellt, dass das Krafttraining sich als eine effiziente Möglichkeit zur Verbesserung des Beschwerdebildes der Patienten eignet.

S. 75 Schneider et al. versuchen in ihrem Kurzbeitrag die aktuelle Einstellung zu dem Thema **DEHNEN** und dem tatsächlichen **EINSATZ** bei **LEISTUNGSSPORTLERN** zu ermitteln. Durch eine anonyme Befragung am Olympiastützpunkt Rhein-Neckar im Jahr 2009 konnten insgesamt 273 Leistungssportler aus 24 Sportarten erfasst werden. Bei der Studie konnte herausgearbeitet werden, dass ca. ¾ der Befragten Dehnübungen einsetzen, jedoch weiterhin verstärkter Aufklärungsbedarf besteht und dieser durch die Sportler gewünscht wird.

**„Wenn der Muskel exzentrisch wird ...“ –
Energierückgewinnung des Muskels beim Bremsen S. 55**

Böning D

**Aktuelle und neue Konzepte in der Behandlung akuter
Außenbandverletzungen des Sprunggelenkes S. 57**

Best R, Brüggemann P, Petersen W, Rembitzki I, Ellermann A,
Gösele-Koppenburg A, Liebau C

Sensomotorisches Training als Computerspiel? S. 63

Röttger K, Mornieux G, Gollhofer A

**Effekte maschinengeschützten Krafttrainings in
der Behandlung chronischen Rückenschmerzes S. 69**

Stephan A, Goebel S, Schmittbleicher D

**Dehnst Du noch oder grübelst Du schon?
– Aktuelle Daten zu Akzeptanz und Verbreitung von
Stretching im Leistungssport S. 75**

Schneider S, Schmitt H, Zalewski M, Gantz S

- Sport trotz Asthma S. [1]
- Hinkende Fußballspieler: Hüft-OP als Spätfolge S. [2]
- Frühlingssonne auf der Skipiste: „Sicher im Schnee“ S. [3]
- Laufen um gesund zu bleiben: KKH-Allianz-Lauf S. [4]
- Sport gegen die Demenz? – Magdeburger Forschung S. [5]
- Für einen guten Zweck laufen / Termine S. [6]

Neues aus der Literatur S. 79
Buchbesprechungen S. 80

DGSP AKTUELL

- Fort- und Weiterbildungsveranstaltungen S. I**
- 2. April bis 31. Mai 2011 S. I**
- Wichtige Anschriften S. III**

JAHRESINHALTSVERZEICHNIS

- Jahresinhaltsverzeichnis 2010 S. IV**