

Geisler S

**Fitness meets Science – Von der Zanderei bis zur Fitnesswissenschaft**

Prof. Dr. Stephan Geisler ist an der IST-Hochschule für Management in Düsseldorf und Kongresspräsident des 2. Fitnesswissenschaftskongress. In seinem Editorial geht er auf die Beginne des Fitnesssports und den Begriff „Zanderei“, er erörtert die heutigen Schwierigkeiten im Fitnesssport und macht sich für die Begrifflichkeit der Fitnesswissenschaft stark.

S. 27

## SCIENTIFIC CONTRIBUTIONS | WISSENSCHAFTLICHE BEITRÄGE

Kölling S, Kellmann M

**Current Considerations and Future Directions of Psychometric Training Monitoring of Recovery-Stress States**

Der Artikel gibt einen Überblick über Voraussetzungen und Überlegungen zur Anwendung psychometrischer Verfahren im Trainingsmonitoring im Leistungssport. Grundsätzlich kann ein psychometrisches Monitoring des Erholungs-Beanspruchungs-Zustands eine nützliche Unterstützung im Trainings- und Regenerationsmanagement darstellen, sofern dessen Ziele und Verfahrensweisen transparent, verhältnismäßig und nachvollziehbar sind.

S. 29

Lechner K, Lechner B, Engel H, Halle M, Worm N\*, Scherr J\*

**Vitamin D and Athletic Performance: Perspectives and Pitfalls**

Die Übersicht stellt anhand einer selektiven Literaturrecherche die potentiellen Vorteile einer optimalen Vitamin D-Versorgung beim Leistungssportler dar. Es werden mögliche Limitationen von Statusbestimmung und Supplementationsstrategien diskutiert.

S. 35

Seitz H, Preißler E, Catalá-Lehnen P, Weill M

**Effects of the 'Live Low-Train High' Method on Variables of Endurance Capacity. A Systematic Review**

In dieser systematischen Übersichtsarbeit wird die aktuelle Literatur zur „Live Low-Train High“-Methode auf die am häufigsten getesteten Variablen der Ausdauerleistungsfähigkeit untersucht. Die Ergebnisse zeigen an den ventilatorischen, hämatologischen und leistungsbezogenen Variablen nur teilweise signifikante Veränderungen und ermöglichen keine Unterscheidung zwischen hypoxischem und normoxischem Training.

S. 43

## SUPPLEMENT

**2. Fitnesswissenschaftskongress | 28.-29.02.2020 | Düsseldorf Abstracts**

Invited Talks

S1

Poster &amp; Presentations, Young Investigators Award

S6

## DOSSIER

**NEUROATHLETIK**

S. [D1]

Was Schielen und Summen mit Bewegungsqualität zu tun haben

**NEGATIVE AUSWIRKUNGEN VON SPORT UND DOPING AUF DIE MÄNNLICHE SEXUALFUNKTION**

S. [D4]

**DARMMIKROBIOM BESTIMMT OFFENBAR DIE WIRKUNG VON SPORT BEI PRÄDIABETES**

S. [D6]

**PILATES NACH DER MENOPAUSE VERBESSERT SCHLAF UND STIMMUNG**

S. [D7]

**BEHINDERN EISBÄDER DEN MUSKELAUFBAU?**

S. [D8]

**HERZFREQUENZ: EIN UNGENÜGENDER INDIKATOR IM INTERVALLTRAINING?**

S. [D8]

**BRUSTVERLETZUNGEN BEI SPORTLERINNEN**

S. [D10]

– neue Erkenntnisse zu einem kaum beachteten Problem

**Rubriken**

Im Web entdeckt

S. [D7]

Info kompakt

S. [D7]

Buchbesprechung

S. [D10]

Im Fokus

S. [D10]

## DGSP AKTUELL

Termine

S. [D11]

Verbandsadressen

S. [D12]