

Bloch W, Halle M, Steinacker JM

Sport in Zeiten von Corona

Das Corona-Virus beschäftigt auch die deutsche Sportmedizin, weshalb sich Vertreter gemeinsam Gedanken gemacht haben, ob und welche körperliche Aktivität und welches Training Zuhause und alleine durchgeführt werden kann.

S. 83

Kobel S, Wartha O

Gesundheitsförderung – eine Vision und Aufgabe für die nächsten 10 Jahre

Dr. biol. hum. Susanne Kobel ist seit vergangenem Jahr Junior Editor der DZSM. Im Editorial beleuchtet sie die aktuelle Gesundheitsförderung und gibt einen Ausblick auf die Herausforderungen der kommenden Jahre.

S. 87

SCIENTIFIC CONTRIBUTIONS | WISSENSCHAFTLICHE BEITRÄGE

Antretter M, Posch D, Burtscher M

The Hatfield-System vs. Weekly Undulating Periodized Strength Training

Die Autoren vergleichen die Methoden wöchentlich-wellenförmige Periodisierung (WUP) und das Hatfield-System (HAT), basierend auf verfügbaren wissenschaftlichen Daten. Der Artikel soll eine praktische Entscheidungshilfe speziell für Sportärzt*innen, Trainer*innen und Therapeuten*innen darstellen, welche Sportler*innen auf höherem Leistungsniveau betreuen.

S. 89

Alt A, Malcherek N, Geisler S, Thietje R

The Sustainable Effectiveness to Avoid Chronification in Non-Specific, Non-Chronic Back Pain

Das Ziel der prospektiven, randomisiert-kontrollierten Studie war herauszufinden, welche therapeutische Strategie am effektivsten und nachhaltigsten zur Reduktion von nicht chronischen unspezifischen Rückenschmerzen ist und welche sich davon als wirksamer zur Vermeidung der Chronifizierung zeigt.

S. 97

Koch A, Schmidt B, Weisser B, Kähler W, Grams B, Klapa S

Senior Competitive Ballroom Dancers Underestimate their Exertion in Final Rounds Training

Es ist wenig bekannt über die körperliche Belastung im Turniertanzsport, besonders bei Seniorenpaaren. Die Autoren untersuchten in einer simulierten Turnier-Endrunde Herzfrequenz, Blutlaktat und Maß der empfundenen Belastung. Speziell Senioren erreichten mehr als 100% der individuelle HR_{max} . Sie neigen besonders zur Unterschätzung ihrer Belastung.

S. 104

Steinacker JM, Bloch W, Halle M et al.

Merkblatt: Gesundheitssituation für Sportler durch die aktuelle Coronavirus-Pandemie (SARS-CoV-2 / COVID-19)

Das zweite Editorial zum Thema Corona-Virus richtet sich vor allem an Sportler, aber auch an alle anderen Sportinteressierten. Es gibt Hinweise zum richtigen Umgang untereinander und Sportempfehlungen.

S. 85

DOSSIER

LEBENSSTILÄNDERUNG

S. [D1]

Motivation und Erfolg sind entscheidend

STATINE STÖREN MUSKELSTOFFWECHSEL MASSIV

S. [D4]

HÖHERES FRAKTURRISIKO DURCH MEDIKAMENTENMIX?

S. [D6]

SPORTS, MEDICINE AND HEALTH SUMMIT

S. [D8]

Sportärztekongress in neuem Gewand

Rubriken

Im Web entdeckt

S. [D4]

Info kompakt

S. [D4]

Im Fokus

S. [D6]

DGSP AKTUELL

Termine

S. [D9]

Verbandsadressen

S. [D10]