

Buchtip: Biomechanik im Sport

Soeben erschienen ist die Neuauflage des Lehrbuches über die biomechanischen Grundlagen bei sportlichen Bewegungen. Es richtet sich an Sportwissenschaftler, Sportmediziner und Sportstudenten sowie an das physiotherapeutische und orthopädische Umfeld von Sportlern.



Dieses Buch vermittelt das mechanische und biomedizinische Grundwissen über sportliche Bewegungen. Diesem Grundsatz folgt auch der formale Aufbau: Wesentliche Erkenntnisse werden als Merksätze zusammengefasst, die Kapitel schliessen mit Fragen und Aufgaben zum Inhalt und ein Glossar biomechanischer Schlüsselbegriffe rundet das Buch ab.

In der 3. Auflage wurde der gesamte Inhalt durchgesehen und aktualisiert und um Ausführungen zu neueren Ansätzen und Formen des Krafttrainings erweitert. So kam ein Kapitel über Vibrationstraining und Elektromyostimulation (EMS) hinzu. Beides wird sowohl im Breiten- und Leistungssport als auch im Rehabilitationssport und in der Prävention eingesetzt, denn diese Trainingsformen zählen zu den jüngsten viel versprechenden Trainingsmethoden.

Das Buch richtet sich an Sportwissenschaftler, Sportmediziner und Sportstudenten sowie an das physiotherapeutische und orthopädische Umfeld von Sportlern.

Markus Küffer, Leiter Mediathek, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen

Buch ausleihen: [Wick, D. \(2013\): Biomechanik im Sport. 3., überarb. und erw. Aufl. Balingen: Spitta.](#)

Quelle: [Spitta Verlag](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO