

Peter Tschiene

Streit um die Superkompensation

Die adaptive Reaktion auf Trainingsbelastungen in unterschiedlichen Auffassungen der Trainingsstruktur – Literaturlisten der referierten Beiträge aus *SdS Rivista di Cultura Sportiva*

Verchoshanskij, Y. & Verchoshanskaja, N. in SdS Rivista di Cultura Sportiva 62-63, 2004, 13-22

- Agadzanjan N., Elfimov A., Funkzii organisma v uslovijah ghipoksii i ghiperkapnija, Mosca, 1986, 124 pp.
- Al'berts B. et al., Molekuljarnaja biologhija kletki (trad. dall'inglese), Mosca, 1987.
- Anochin P., Obshie prinzipy formirovanija zashitnyh prispoblenij organisma, Vestnik Akademii Meditsinskih Nauk SSSR, 1962, 4, 16-26.
- Baranov N., Myshecnaja dejatel'nost', adaptazija, trenirovanost', Kishinev, 1989, 101 pp.
- Bauer E., Teoreticeskaja biologhija, Mosca-Leningrado, 1935, 206 pp.
- Cagovez N., Biohimiceskij analiz kompensatornyh processov v skeletnyh myshzah posle funkczional'noj aktivnosti, tesi, Leningrado, 1974.
- Enghel'gard V., Specificnost' biologhiceskogo obmena veshestv, Voprosy filosofii, 1960, 3.
- Fol'bert Ju. citato dal'Zjakovlev 1951.
- Friedrich W., Moeller H. Zum Problem der Superkompensation, Leistungssport, 1999, 5, 51-55.
- Furduj F., Fiziologhiceskie mehanizmy stressa i adaptazii pri ostrym dejstvii stress-faktorov, Kishinev, 1986, 238 pp.
- Gormony i sportivnaja rabotosposobnost', Mosca, 1983, 159 pp.
- Hajdarliu S., Funkczional'naja biohimija adaptazii, Kishinev, 1984, 272 pp.
- Hocacka P., Somero G., Strateghija biohimiceskoj adaptazii (trad dall'inglese), Mosca, 1977, 308 pp.
- Jakovlev N., Ocerki po biohimii sporta, 1955.
- Jakovlev N., Znacenie narushenija gomeostasis dlja effektivnosti trenirovochnogo processa, Teorija i praktika fiseskoj kul'tury, 1971, 2, 23-28.
- Jakovlev N., Biohimija sporta, Mosca, 1974, pp. 288.
- Jakovlev N., Ctoby uspešno upravljat', nado znat' mehanizmy, Teorija i praktika fiseskoj kul'tury, 1976, 4, 21-14.
- Jakovlev N., Himija dvizenija. Molekuljarnye osnovy myshečnoj dejatel'nosti, Leningrado, 1983, pp. 1290.
- Jakovlev N., Živoje i sreda. Molekuljarnye i funkczional'nye osnovy prispoblenija organisma k uslovijam sredy, Leningrado, 1986, pp. 175.
- Kasnaceev V., Sovremennye speky adaptazii, Novosibirsk, 1980, 190 pp.
- Kassil' G. et al., Gumoral'no-gormonal'nye mehanizmy reguljazii funkczij pri sportivnoj dejatel'nosti, Mosca, 1978, 304 pp.
- Medvedev V., Komponenty adaptazionnogo processa, Leningrado, 1984, 109 pp.
- Meerson F., Obshie mehanizmy adaptazii i rol' v nih stress-reakzii, osnovnye stadii processa, in: Fiziologhija adaptazionnyh processov, Mosca, 1986, 77-123.
- Meerson F., Pshennikova M., Adaptazija k stressornym situacijam i fiseskim nagruskam, Mosca, 1988, 250 pp.
- Osolin' P., Adaptazija sosudistoj sistemy k sportivnym nagruskam, Riga, 1984, 134 pp.
- Panin L., Energheticeskie aspekty adaptazii, Mosca, 1978, 180 pp.
- Pavlov I., Dvadzatiletnij opyt ob'ektivnogo isucenija vysshej nervnoj dejatel'nosti, Mosca, 1951, pp. 288.
- Platonov V., Obshaja teorija podgotovki sportsmenov v olimpijskih vidah sporta, Kiev, 2000, pp. 583 (traduzione italiana a cura di O. Iourtchenko, Teoria generale della preparazione degli atleti negli sport olimpici: Fondamenti dell'allenamento e dell'attività di gara, Perugia, 2004, pp. 479; L'organizzazione dell'allenamento e dell'attività di gara (in stampa).
- Poortmans J., Effects of long lasting physical exercise and training on protein metabolism, in: Metabolic adaptation to prolonged physical exercise, Basel, Birkhauser, 1975, 212-228.
- Sarkisov D., (a cura di), Strukturnye osnovy adaptazii i kompensazii funkczij, Mosca, 1987.
- Susman N. citato in Verchoshanskij 1985.
- Uhtomskij A. Dominanta, Mosca, 1966.
- Verchoshanskaja N., Skorostno-silovaja podgotovka tennisistov primenitel'no k igrovym peredvizenijam, Diss. di dottorato, Mosca, 1984.
- Verchoshanskij Yu., Zakonomernosti processa stanovlenija sportivnogo masterstva, Teorija i praktika fiseskoj kul'tury, 1966, 11, 18-21.
- Verchoshanskij Ju., Zakonomernosti funkczional'noj spezializazii organisma v hode stanovlenija sportivnogo masterstva, Teorija i praktika fiseskoj kul'tury, 1970a, 6, 4-8.
- Verchoshanskij Ju., Osnovy spezial'noj silovoj podgotovki sportsmenov, Mosca, 1970b, pp. 214.
- Verchoshanskij Ju., Modelirovanie sistemy postroenija trenirovki v godicnom zikle, Naucznaia informazija, Mosca, Istituto statale di cultura fisica, 1979, pp. 52.
- Verchoshanskij Ju., Sovershenstvovanie sistemy upravlenija podgotovkoj sportsmenov vysshej kvalifikazii. Prinzipy postroenija trenirovki v godicnom zikle, Naucznaia informazija, Mosca, Istituto statale di cultura fisica, 1982, pp. 37.
- Verchoshanskij Ju., Dolgovremennyj otstavlenyj trenirovochnyj effekt silovyh nagrusok, Teorija i praktika fiseskoj kul'tury, 1983, 5, 5-8.
- Verchoshanskij Ju., Programirovanie i organizazija trenirovochnogo processa, Mosca, 1985, pp. 175 (traduzione italiana a cura di M. Gulinelli, Organizzazione e programmazione dell'allenamento, Roma, 1988).
- Verchoshanskij Yu., Viru A., Nekotorye zakonomernosti dolgovremennoj adaptazii organisma sport-smena k fiseskim nagruskam, Fiziologhija celoveka, 1987, 13, 5, 811-818.
- Verchoshanskij Yu., Osnovy spezial'noj fiseskoj podgotovki sportsmenov, Mosca, 1988, pp. 330.
- Verchoshanskij Yu., Prinzipy organizazii trenirovki sportsmenov vysokogo klassa v godicnom zikle, Teorija i praktika fiseskoj kul'tury, 1991, 2, 24-31.
- Verchoshanskij Yu., Aktual'nye problemy sovremennoj teorii i metodiki sportivnoj trenirovki, Teorija i praktika fiseskoj kul'tury, 1993, 8, 21-28.
- Verchoshanskij Yu., Gorizonty naucznoj teorii i metodologii sportivnoj trenirovki, Teorija i praktika fiseskoj kul'tury, 1998, 7, 41-54.
- Verchoshanskij Yu., Verso una teoria e metodologia scientifiche dell'allenamento sportivo, SDS-Scuola dello sport, 17, n. 41-42, gennaio-giugno 1998, 40-50 (trad. italiana a cura di O. Iourtchenko).
- Verchoshanskij, Gli orizzonti di una teoria e metodologia scientifiche dell'allenamento sportivo, SDS-Scuola dello sport, 17, 43, 1998, 12-21 (trad. italiana a cura di O. Iourtchenko).
- Verkhoshanski Yu. Supermethods of the special physical exercise and training preparation for sports, in: Acta Academiae Olympicae Estonia, 2000, vol. 8, 45-66.
- Verkhoshanskij Yu., La moderna programmazione dell'allenamento sportivo, Roma, 2001, pp. 160 (traduzione italiana a cura di O. Iourtchenko).
- Viru A., Adaptation in Sport Training, CRC Press, Inc, 1994, Florida, pp. 320.
- Viru A., Gormonal'nye mehanizmy adaptazii i trenirovki, Mosca, 1981, pp. 154.
- Viru A., Mehanizmy obshej adaptazii, Uspehi fiziologhiceskij nauk, 1980, v. II. 4, 27-46.
- Zengbush P., Molekuljarnaja i kletocnaja biologhija, Mosca, 1982.

Platonov, V. N. in SdS Rivista di Cultura Sportiva 65, 2005, 49-60

Anochin P. K., Očerchi po fiziologii funkcionálnyh sistem (Saggi sulla fisiologia dei sistemi funzionali), Mosca, Medicina, 1975, 402 pp.
 Åstrand P.-O., Rodahl K., Textbook of Work Physiology: Physiological Basis of Exercise, New York-St. Louis, McGraw-Hill, 1986, 682 pp.
 Atha J., Strengthening muscle, Exercise and sport sciences Reviews, 1981, 9, 1-73.
 Bayer E., Teoreticeskaja biologhija (Biologia teorica), Mosca-Leningrado, 1935, 206 pp.
 Bergstrom J., Hermansen L., Hultman E., Saltin B., Diet, muscle glycogen and physical performance, Acta Physiol. Scand., 71, 1967, 140-150.
 Bompá T.O., Periodização, teoria e metodologia do treinamento, Sao Paulo, Phorte Editora Ltd., 2002, 424 pp.
 Bulatova M. M., Platonov V. N., Sportsmen v različnyh klimato-gheograficeskih i pogodnyh

uslovijah (L'atleta nelle diverse condizioni climatiche e geografiche), Kiev, Olimpijskaja literatura, 1996, 177 pp.
 Bulatova M. M., Teoretiko-metodiceskie osnovy realizazii funkcionálnyh rezervov sportsmenov v trenirovnoj i sorevnovatel'noj dejatel'nosti (Le basi teorico-metodologiche della realizzazione delle riserve funzionali degli atleti nell'attività di allenamento e di gara), tesi, Kiev, UGUPVS, 1996, 356.
 Cagovez N., Biohimiceskij analiz kompensatornyh processov v skeletnyh myshzah posle funkcionálnoj aktivnosti (L'analisi biochimica dei processi di compensazione nei muscoli scheletrici dopo l'attività funzionale), tesi, Leningrado, 1974.
 Dragnea C.A., Teodorescu S.M., Teoria sportului, Bucarest, Fest, 2002, 610 pp.
 Foran B. (a cura di), High-performance sports conditioning, Human kinetics, 2001, 367 pp.

Fox E. L., Bower R. W., Foss M. L., The Physiological Basis for Exercise and Sport, Madison, Dubuque, Brown and Benchmark, 1993, 710 pp.
 Friedrich W., Moeller H., Zum problem der Superkompensation, Leistungssport, 1999, 5, 52.
 Fuchs U., Reiß M., Höhenttraining, Trainer Bibliothek, v. 27, Philippka-Verlag, 1990, 127 pp.
 Green H. J., Metabolic Determinants of Activity Induced Muscular Fatigue, in: Hargreaves M. (a cura di), Exercise Metabolism, Human Kinetics, 1995, 211-256.
 Hargreaves M., Skeletal Muscle Carbohydrate Metabolism During Exercise, in: Hargreaves M. (a cura di), Exercise Metabolism, Human Kinetics, 1995, 41-72.
 Harre D., Ucenie o trenirovke (Teoria dell'allenamento), Mosca, Fiskul'tura i sport, 1971, 326 pp.

Platonov, V. N. in *SdS Rivista di Cultura Sportiva* 65, 2005, 49-60

- Hegedus J., La ciencia del entrenamiento deportivo, Buenos Aires, Stadium, 1992, pp. 521.
- Hocacka P., Somero G., Strategija biohimijske adaptazije (Strategia dell'adattamento biochimico), Mosca, 1977, pp. 308.
- Hoffman J., Physiological Aspects of Sport Training and Performance, Human Kinetics, 2002, pp. 343.
- Hollmann W., Hettinger T., Sportmedizin Arbeit und Trainingsgrundlagen, Stoccarda, New York, 1980, pp. 773.
- Hultman E., Greenhaff P.L., Food Stores and Energy Reserves in: Shephard R., Åstrand P. O. (a cura di), Endurance in Sport, Oxford, Blackwell Sci. Publ., 1992, 127-135.
- Jakovlev N. N., Biochimija sporta (Biochimica dello sport), Mosca, Fiskultura i sport, 1974, pp. 288.
- Jakovlev N. N., Korobkov A. B., Jananis S. V., Fiziologičeskie i biohimijskie osnovy teorii i metodiki sportivnoj trenirovki (Le basi fisiologiche e biochimiche della teoria e metodica dell'allenamento sportivo), Mosca, Fiskultura i sport, 1957, pp. 323.
- Jakovlev N. N., Očerki po biochimii sporta (Saggi sulla biochimica dello sport), Mosca, Fiskultura i sport, 1955, pp. 264.
- Jakovlev N. N., Znacenie narushenij gomeostaza dlja effektivnosti prozessa sportivnoj trenirovki (L'importanza delle alterazioni dell'omeostasi per l'efficacia del processo dell'allenamento sportivo), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1971, 2, 23.
- Kassil' G. et al., Ghumoral'no-gormonal'nye mehanizmy reguljazii funkzij pri sportivnoj dejatel'nosti (I meccanismi umorali-ormonali della regolazione dell'attività sportiva), Mosca, 1978, pp. 304.
- Kellmann M., Enhancing Recovery, Preventing Underperformance in Athletes, Human Kinetics, 2002, pp. 333.
- Kellmann M., Kallus K.W., Recovery-Stress Questionnaire for Athletes, User Manual, Human Kinetics, 2001, pp. 73.
- Matveev L. P., K discussii o teorii sportivnoj trenirovki (Sulla discussione sulla teoria dell'allenamento sportivo), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1998, 7, 55.
- Matveev L. P., K teorii postroenija sportivnoj trenirovki (Sulla teoria dell'organizzazione dell'allenamento sportivo), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1991, 12, 11-20.
- Matveev L. P., Obshaja teorija sporta (Teoria generale dello sport), Mosca, Voenisdat, 1997, 304 pp.
- Matveev L. P., Osnovy sportivnoj trenirovki (Le basi dell'allenamento sportivo), Mosca, Fiskultura i sport, 1977, pp. 280.
- Matveev L. P., Problema periodizazii sportivnoj trenirovki (Il problema della periodizzazione dell'allenamento sportivo), Mosca, Fiskultura i sport, 1964, pp. 248.
- Mohan P., Glesson M., Greenhaff P. L., Biochimija myshečnoj dejatel'nosti i fizičeskoj trenirovki (Biochimica dell'attività muscolare e dell'allenamento fisico), Kiev, Olimpijskaja literatura, 2001, pp. 296.
- Panin L., Energetičeskie aspekty adaptazii (Gli aspetti energetici dell'adattamento), Mosca, 1978, pp. 180.
- Platonov V. N., Adaptazija v sporte (L'adattamento nello sport), Kiev, Zdorov'ja, 1988, pp. 216.
- Platonov V. N., O "koncepzii periodizazii sportivnoj trenirovki" i rasvitii obshej teorii podgotovki sportsmenov (Sulla "concezione della periodizzazione dell'allenamento sportivo" e sullo sviluppo della teoria generale della preparazione degli atleti), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1998, 8, 23.
- Platonov V. N., Obshaja teorija podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte: učechnik dlja studentov vusov fizičeskogo vispitanija i sporta (Teoria generale della preparazione degli atleti negli sport olimpici: manuale per gli studenti degli istituti superiori di educazione fisica e sport), Kiev, Olimpijskaja literatura, 1997, 554-566.
- Platonov V. N., Podgotovka kvalifirovannyh sportsmenov (La preparazione degli atleti di elevata qualificazione), Mosca, Fiskultura i sport, 1986, pp. 288.
- Platonov V. N., Fondamenti dell'attività di allenamento e di gara, Teoria generale della preparazione degli atleti negli sport olimpici, Perugia, 2004, pp. 479.
- Platonov V. N., L'organizzazione dell'attività di allenamento e di gara, Teoria generale della preparazione degli atleti negli sport olimpici, Perugia, 2004, pp. 380.
- Platonov V. N., Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte (Il sistema della preparazione degli atleti negli sport olimpici), Kiev, Olimpijskaja literatura, 2004, pp. 808.
- Popov V. B., Teorija sportivnoj trenirovki na sluzbe sporta vysshij postizenij (Teoria dell'allenamento sportivo a servizio dello sport di alto livello), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1998, n. 4, 50.
- Robergs R. A., Roberts S. O., Fisiologia do Exercício, São Paulo, Phorte Editora, 2002, pp. 490.
- Saltin B., Anaerobic capacity: past, present and prospective, Biochem. exerc., 1996, 7, 387-412.
- Schnabel G., Sportliche Leistung, Leistungsfähigkeit: Wesen und Struktur, in: Schnabel G., Harre D., Borde A. (a cura di), Trainingswissenschaft, Berlino, Sportverlag, 1994, 52-63.
- Schnabel G., Harre D., Borde A. (a cura di), Trainingswissenschaft, Berlino, Sportverlag, 1994, pp. 556.
- Shuhanov A. D., Osobennosti podvedenija edino-borzev k sostojaniju naivysšej gotovnosti (Le particolarità dell'avvicinamento alle gare degli atleti specializzati negli sport di combattimento individuali), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 2002, 5, 11.
- Smith D.J., Norris S. R., Training Load and Monitoring an Athletes Tolerance for Endurance Training, Enhancing Recovery, Human Kinetics, 2002, 81-102.
- Spriet L. L., Anaerobic metabolism during high-intensity exercise, in: Hargreaves M. (a cura di), Exercise metabolism, Human Kinetics, 1995, pp. 140.
- Stepanov V. V., Na puti k utverzdeniju: imen v nauke ili nauki v sporte (Sulla strada verso l'affermazione: dei nomi nella scienza o della scienza nello sport), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1998, 9, 20.
- Vajzechovskij S. M., Shirokovez E. A., Serafimova B. S., Koshkin I. M., Maksimov N. M., Trenirovka junyh plovcov s bol'shim ob'emom plavanija v uslovijah srednegor'ja (L'allenamento dei giovani nuotatori in condizioni di media altitudine), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1974, 7, 37.
- Vajzechovskij S. M., Sistema sportivnoj podgotovki plovcov k olimpijskim igram (Il sistema della preparazione sportiva ai giochi olimpici), tesi, Mosca, GZOLIFK, 1985, pp. 53.
- Verchoshanskij Y. V., Dolgovremennyj otstavlenyj effekt silovyh nagrusok (L'effetto ritardato di allenamento a lungo termine dei carichi di forza), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1983, 5, 5.
- Verchoshanskij Y. V., Gorizonty nauchnoj teorii i metodologii sportivnoj trenirovki (Gli orizzonti della moderna teoria e metodologia dell'allenamento sportivo), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1998, 7, 41 (traduzione italiana a cura di O. Iourtchenko, Gli orizzonti di una teoria e metodologia scientifica dell'allenamento sportivo, SDS-Scuola dello Sport, XVII, 1998, 43, 12-21).
- Verchoshanskij Y. V., Na puti k nauchnoj teorii i metodologii sportivnoj trenirovki (Sulla strada verso una teoria e metodologia scientifica dell'allenamento sportivo), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1998, 2, 21 (traduzione italiana a cura di O. Iourtchenko, Verso una teoria e metodologia scientifica dell'allenamento sportivo, SDS-Scuola dello Sport, XVII, 1998, 41-42, 40-50).
- Verchoshanskij Y. V., Osnovy special'noj fizičeskoj podgotovki sportsmenov (I fondamenti della preparazione fisica speciale degli atleti), Mosca, Fiskultura i sport, 1988, pp. 332.
- Verchoshanskij Y. V., Programirovanie i organizacija trenirovočnoho prozessa (La programmazione e l'organizzazione del processo di allenamento sportivo), Mosca, Fiskultura i sport, 1985, pp. 176 (traduzione italiana a cura di M. Gulinelli, Organizzazione e programmazione dell'allenamento, Società Stampa Sportiva, Roma, 1988).
- Verkhoshanskij J., Verkhoshanskaja N., Supercompensazione: mito o realtà?, Sds-Scuola dello sport, XXIII, 2004, 62-63, 13-22.
- Volkov N. I., Biochimija myshečnoj dejatel'nosti (Biochimica dell'attività muscolare), Kiev, Olimpijskaja literatura, 2000.
- Wilmore J. H., Costill D. L., Physiology of sport and exercise. Champaign, Ill., Human Kinetics, 2004, pp. 726 (edizione italiana a cura di Bellotti P., Felici F., Fisiologia dello sport e dell'esercizio fisico, Perugia, Calzetti-Mariucci, in stampa).
- Zeljazkov Z., Dasheva D., Osnovi na sportnata trenirovka (Principi dell'allenamento sportivo), Sofia, Gera, 2002, pp. 432.
- Zeljazkov Z., O nekotoryh postojanno dejstvujushih faktorah v sovremenno sportivnoj trenirovke (Su alcuni fattori funzionanti continuamente nel moderno allenamento sportivo), Teorija i praktika fizičeskoj kul'tury, 1998, 11-12, 41.
- Zeljazkov Z., Teorija i metodika na sportnata trenirovka (Teoria e metodologia dell'allenamento sportivo) 2° ed., Sofia, Medicina i fiskultura, 1986, pp. 307.
- Zengbush P., Molekuljarnaja i kletocnaja biologija (Biologia molecolare e cellulare), Mosca, 1982.

- Aa. Vv., *Sovremennaja sistema sportivnoj podgotovki* (Il moderno sistema della preparazione sportiva), Mosca, SAAM, 1995, pp. 445.
- Anochin P. K., *Očerchi po fiziologii funkcionirovanija sistem* (Saggi sulla fisiologia dei sistemi funzionali), Mosca, Medicina, 1975, pp. 402.
- Birzin G. K., *Sushnost' trenirovki* (L'essenza dell'allenamento), in: *Izvestia fiziceskoj kul'tury* (Notizie sull'educazione fisica), 1925, 1, pp. 2.
- Boigey D., *Manuel scientifique d'éducation physique*, Parigi, Masson & C., 1933.
- Bompa T. O., *Periodização teoria e metodologia do treinamento*, São Paulo, Phorte Editora Ltd., 2002, pp. 424.
- Boyle M., *Functional training for sports*, Human Kinetics, 2004, pp. 195.
- Bulatova M. M., Platonov V. N., *Sportsmen v raslicnyh klimato-gheograficeskix i pogodnyh uslovijah* (L'atleta nelle diverse condizioni climatiche e geografiche), Kiev, Olimpijskaja literatura, 1996, pp. 177.
- Counsilman J. E., *The science of swimming*, New Jersey Prentice-Hall, Englewood Cliffs, 1968, pp. 432.
- Dragnea C. A., Teodorescu S. M., *Teoria sportului*, Bucarest, Fest, 2002, pp. 610.
- Fox E. L., Bower R. W., Foss M. L. *The physiological basis for exercise and sport*, Madison, Dubuque, Brown and Benchmark, 1993, pp. 710.
- Gorinevskij V. V., *Naucnye osnovy trenirovki* (Le basi scientifiche dell'allenamento), *Fiziceskaja kul'tura*, 1922, 2-3, 4-5, 6-7.
- Hargreaves M., *Skeletal muscle carbohydrate metabolism during exercise*, in: Hargreaves M., Thompson M. (a cura di), *Exercise metabolism*, Human Kinetics, 1995, 41-72.
- Harre D., *Ucenie o trenirovke* (Teoria dell'allenamento), Mosca, Fiskul'tura i sport, 1971, pp. 326.
- Hoffman J., *Physiological aspects of sport training and performance*, Human Kinetics, 2002, pp. 343.
- Houston M.E. et al., *Interrelationships between skeletal muscle adaptations and performance as studied by detraining and retraining*, *Acta Physiol. Scand.*, 105, 1979, 163-170.
- Hugg B., *Cresmerye nagruski i mehanizmy sportivnyh travm* (Carichi eccessivi e meccanismi degli infortuni sportivi), in: *Sportivnye travmy*, Kiev, Olimpijskaja literatura, 2002, 98-108.
- Leghskaja atletica, *(Manuale per gli allenatori, insegnanti, istruttori e atleti)*, Mosca, Fiskul'tura i turizm, 1936, pp. 448.
- Mac-Komas A. G., *Skeletnye myshzy* (I muscoli scheletrici), Kiev, Olimpijskaja literatura, 2001, pp. 408.
- Martin D., Carl K., Lehnertz K., *Handbuch Trainingslehre*, Schorndorf, Hoffmann, 1991, 241-290 (traduzione italiana a cura di M. Gulinelli, *Manuale di teoria dell'allenamento*, Roma, Società stampa sportiva, 1997, pp. 360).
- Matveev L. P., *Problema periodizacii sportivnoj trenirovki* (Il problema della periodizzazione dell'allenamento sportivo), Mosca, Fiskul'tura i sport, 1964, pp. 248.
- Matveev L. P., *Osnovy sportivnoj trenirovki* (Le basi dell'allenamento sportivo), Mosca, Fiskul'tura i sport, 1977, pp. 280.
- Matveev L. P., *K discussii o teorii sportivnoj trenirovki* (Sulla discussione sulla teoria dell'allenamento sportivo), *Teorija i praktika fiziceskoj kul'tury*, 1998, 7, 55.
- Matveev L. P., *Obshaja teorija sporta* (Teoria generale dello sport), Mosca, Voenisdat, 1997, pp. 304.
- Matveev L. P., *Obshaja teorija sporta e ee prikladnye aspekty* (Teoria generale dello sport e i suoi aspetti pratici), Mosca, *Izvestija*, 2001, pp. 333.
- McDougal J. D., Sale D. G., Alway S. E., Sutton J. R., *Muscle fibre number in biceps brachii in body builders and control subjects*, *J. Appl. Physiol.*, 57, 1984, 1399-1403.
- Meerson F. Z., *Adaptacija, stress i profilaktika* (L'adattamento, lo stress e la profilassi), Mosca, Nauka, 1981, pp. 278.
- Meerson F. Z., Pshennikova M. G., *Adaptacija k stressovym situacijam i fiziceskim nagruskam* (L'adattamento alle situazioni di stress e ai carichi fisici), Mosca, Medicina, 67-73.
- Mohan P., Glesson M., Grinhaff P. L., *Biochimija myshečnoj dejatel'nosti i fiziceskoj trenirovki* (La biochimica dell'attività muscolare e dell'allenamento fisico), Kiev, Olimpijskaja literatura, 2001, pp. 296.
- Müller E., *Perspektivplan des Leistungssports, 1989-1992/93*, *Schwimmsport-Verband der DDR*, Berlino, 1989, 1-23.
- Osolin N. G., *Sovremennaja sistema sportivnoj trenirovki* (Il sistema moderno dell'allenamento sportivo), Mosca, Fiskul'tura i sport, 1970, pp. 478.
- Platonov V. N., *Adaptacija v sporte* (L'adattamento nello sport), Kiev, Zdorov'ja, 1988, pp. 216.
- Platonov V. N., *Podgotovka kvalificirovannyh sportsmenov* (La preparazione degli atleti di elevata qualificazione), Mosca, Fiskul'tura i sport, 1986, pp. 288.
- Platonov V. N., *Sistema olimpijskoj podgotovki i napravlenija sovershenstvovanija podgotovki sporsmenov k Igram Olimpiady 2008 v Pekine* (Sistema della preparazione e le direzioni del miglioramento della preparazione degli atleti per i Giochi Olimpici del 2008 di Pechino), Kiev, Nauka v olimpijskom sporte, 2002, 1, 84-96.
- Platonov V. N., *Sistema podgotovki sporsmenov v olimpijskom sporte* (Il sistema della preparazione degli atleti negli sport olimpici), Kiev, Olimpijskaja literatura, 2004, pp. 808.
- Platonov V., *L'organizzazione dell'allenamento e dell'attività di gara*, Teoria generale della preparazione degli atleti negli sport olimpici, Perugia, Calzetti-Mariucci, 2004, pp. 380.
- Schnabel G., Harre D., Borde A., *Trainingswissenschaft*, Berlino, Sportverlag, 1994, pp. 556 (traduzione italiana a cura di M. Gulinelli, *Scienza dell'allenamento*, Vignola, Modena, Ed. Arcadia, 1989).
- Smith D. J., Norris S. R., *Training load and monitoring an athletes tolerance for endurance training*, in: Kellemann M. (a cura di), *Enhancing recovery*, Human Kinetics, 2002, 81-102.
- Spiet L. L., *Anaerobic metabolism during high-intensity exercise*, in: Hargreaves M., Thompson M. (a cura di), *Exercise metabolism*, Champaign, Ill., Human Kinetics, 1-40.
- Stepanov V. V., *Na puti k utverzdeniju: imen v nauke ili nauki v sporte* (Sulla strada verso l'affermazione: i nomi nella scienza o nella scienza nello sport), *Teorija i praktika fiziceskoj kul'tury*, 1998, 9, 20.
- Shuhanov A. D., *Osobennosti podvedenija edinoborzev k sostojaniju naivyshej gotovnosti* (Le particolarità dell'avviamento alle gare degli atleti specializzati negli sport di combattimento individuali), *Teorija i praktika fiziceskoj kul'tury*, 2002, 5, 11.
- Vajzechovskij S. M., *Sistema podgotovki plovcov k Olimpijskim igram* (Il sistema della preparazione dei nuotatori ai Giochi Olimpici), in: *Sovremennij olimpijskij sport: Materialy mezhdunarodnogo naucnogo kongressa* - Kiev, maggio 1993, Kiev, KGIFK, 1993, p. 116-118.
- Vajzechovskij S. M., *Sistema sportivnoj podgotovki plovcov k olimpijskim igram* (Il sistema della preparazione sportiva ai giochi olimpici), tesi, Mosca, GZOLIFK, 1985, pp. 53.
- Verchoshanskij Y. V., *Na puti k naucnoj teorii i metodologii sportivnoj trenirovki* (Sulla strada verso una teoria e metodologia scientifiche dell'allenamento sportivo), *Teorija i praktika fiziceskoj kul'tury*, 1998, 2, 21 (traduzione italiana a cura di O. Jourtschenko, *Verso una teoria e metodologia scientifiche dell'allenamento sportivo*, SdS-Scuola dello Sport, 17, 1998, 41-42, 40-50).
- Verchoshanskij Y. V., *Programmirovanie i organizacija trenirovochno prozessa* (La programmazione e l'organizzazione del processo di allenamento sportivo), Mosca, Fiskul'tura i sport, 1985, pp. 176 (traduzione italiana a cura di M. Gulinelli, *Organizzazione e programmazione dell'allenamento*, Roma, Società Stampa Sportiva, 1988).
- Verkhoshanskij J., Verkhoshanskaja N., *Supercompensazione: mito o realta?*, SdS-Scuola dello Sport, 2004, 62-63, 13.
- Volkov N. I., *Biochimija myshečnoj dejatel'nosti* (La biochimica dell'attività muscolare), Kiev, Olimpijskaja literatura, 2000.
- Wilmore J. H., Costill D. L., *Physiology of sport and exercise*, Champaign, Ill., Human Kinetics, 2004, pagg. 726 (traduzione italiana a cura di A. Lombardi, *Fisiologia dell'esercizio fisico e dello sport*, Perugia, Calzetti-Mariucci Editori, pp. 830).