

Claudia Augste/Stefan Künzell

WELCHE EIGENSCHAFTEN ZEICHNEN EINEN SPITZENKLETTERER AUS?

Ergebnisse aus Interviews mit Leistungstrainern

Literatur

- Balás, J., Pecha, O., Martin, A. J. & Cochrane, D. (2012). Hand-arm strength and endurance as predictors of climbing performance. *European Journal of Sport Science*, 12 (1), 16-25.
- Deyhle, M. R., Hsu, H.-S., Fairfield, T. J., Cadez-Schmidt, T. L., Gurney, B. A. & Mermier, C. M. (2015). Relative importance of four muscle groups for indoor rock climbing performance. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 29, 2006-2014.
- Gundlach, H. (1980). *Zu den Strukturmerkmalen der Leistungsfähigkeit, der Wettkampfleistung und des Trainingsinhaltes in den Schnellkraft- und Ausdauersportarten*. Dissertation. Leipzig: Deutsche Hochschule für Körperkultur.
- Hohmann, A., Lames, M. & Letzelter, M. (2010). *Einführung in die Trainingswissenschaft* (5. Aufl.). Wiebelsheim: Limpert.
- Laffaye, G., Collin, J.-M., Levernier, G. & Padulo, J. (2014). Upper-limb power test in rock-climbing. *International Journal of Sports Medicine*, 35, 670-675.
- Macdonald, J. H. & Callender, N. (2011). Athletic profile of highly accomplished boulderers. *Wilderness & Environmental Medicine*, 22 (2), 140-143.
- MacLeod, D., Sutherland, D. L., Buntin, L., Whitaker, A., Aitchison, T., Watt, I. et al. (2007). Physiological determinants of climbing-specific finger endurance and sport rock climbing performance. *Journal of Sports Sciences*, 25, 1433-1443.
- Magiera, A., Rocznio, R., Maszczyk, A., Czuba, M., Kantyka, J. & Kurek, P. (2013). The structure of performance of a sport rock climber. *Journal of Human Kinetics*, 36, 107-117 (doi:10.2478/hukin-2013-0011).
- Martin, D. (1980). *Grundlagen der Trainingslehre. Teil II. Die Planung, Gestaltung, Steuerung des Trainings und das Kinder- und Jugendtraining* (Beiträge zur Lehre und Forschung im Sport, 77/78). Schorndorf: Hofmann.
- Mayring, P. (2010). *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken* (11. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Pankotsch, H. (2001). *Der Falkenstein. Aus der Geschichte eines Kletterfelsens in der Sächsischen Schweiz*. Zittau: Neisse-Verlag.
- Philippe, M., Wegst, D., Müller, T., Raschner, C. & Burtcher, M. (2012). Climbing-specific finger flexor performance and forearm muscle oxygenation in elite male and female sport climbers. *European Journal of Applied Physiology*, 112, 2839-2847.
- Wall, C. B., Starek, J. E., Fleck, S. J. & Byrnes, W. C. (2004). Prediction of indoor climbing performance in women rock climbers. *Strength and Conditioning Research*, 18, 77-83.
- Watts, P. B. (2004). Physiology of difficult rock climbing. *European Journal of Applied Physiology*, 91, 361-372.

Korrespondenzadresse

PD Dr. Claudia Augste & Prof. Dr. Stefan Künzell,
 Professur für Bewegungs- und Trainingswissenschaft, Universität Augsburg, Universitätsstr. 3,
 86159 Augsburg
 E-Mail: claudia.augste@sport.uni-augsburg.de