

Dirk Heering

LEISTUNGSSTRUKTURMODELL IM ALPINEN SKIRENNSPORT

Teil 1: Darstellung des Modells

Literatur

- Altmann, K. & Brock, D. (2018). Bedeutung und Berücksichtigung der biologischen Reife und anthropometrischer Leistungsvoraussetzungen im Nachwuchsleistungssport. In A. Hoffmann, A. & J. Wulff, J. (Hrsg.), *Schriftenreihe für angewandte Trainingswissenschaft. Band 10. Die Spitze im Blick* (S. 56-69). Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Anderson, D. I. & Mayo, A. M. (2017). Windows of Optimal Development. In J. Baker, S. Cobley, J. Schorer & N. Wattie (Eds.), *Routledge Handbook of Talent Identification and Development in Sport*. Abingdon: Routledge, S. 221-235.
- Borggreve, C., Thiel, A. & Cachay, K. (2006). *Sozialkompetenz von Trainerinnen und Trainern im Spitzensport*. Köln: Sportverlag Strauß.
- Côté, J. & Hancock, D. J. (2016). Evidence-based policies for youth sport programmes. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 8 (1), 51-65.
- Côté, J., Bruner, M., Erickson, K., Strachan, L. & Fraser-Thomas, J. (2009). Athlete Development and Coaching. In J. Lyle & C. Cushion (Eds.), *Sport Coaching: Professionalism and Practice* (pp. 63-84). Oxford: Elsevier.
- Deutscher Skiverband e.V. (Hrsg.) (2018). *DSV Rahmentrainingsplan Alpin*. Download am 02.01.2018 unter <http://www.dsv-datenzentrale.de/rahmen-trainingsplan>.
- Deutscher Skiverband e.V. (Hrsg.) (2013). *DSV-Theorielehrbuch. Grundlagen für die Ausbildung zum Schneeschportlehrer und Trainer*. Planegg.
- Deutscher Skiverband e.V. (Hrsg.) (2007). *DSV-Theorielehrbuch. Grundlagen für die Ausbildung zum DSV-Übungsleiter und -trainer*. Planegg.
- Doppelhofer, A. (2012). Planung des Ausdauer- und Krafttrainings im alpinen Skirennsport bei erwachsenen Athleten. *Zeitschrift für angewandte Trainingswissenschaft, Sonderheft 1*, 45-50.
- Dreißigacker, T., Braun, J. & Otto, C. (2018). Trainierbarkeit von Ausdauer bei Kindern und Jugendlichen. In A. Hoffmann & J. Wulff (Hrsg.), *Schriftenreihe für angewandte Trainingswissenschaft. Band 10. Die Spitze im Blick* (S. 213-224). Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- FIS (2016a). *Internationale Skiwettkampfordnung (IWO). Band IV. Gemeinsame Bestimmungen Ski Alpin*. Oberhofen.
- FIS (2016b). *FIS-News vom 08.06.2016*. Download am 02.01.2018 unter <http://www.fis-ski.com/alpine-skiing/news-multimedia/news/article=committee-update-alpine-skiing.html>.
- FIS (2011). *FIS-Newsletter vom 20.07.2011*. Download am 28.07.2011 unter <http://www.fisalpine.com/news/new-specifications-for-alpine-equipment-confirmed>.
- Freiwald, J. & Greiwing, A. (2016). *Optimales Krafttraining. Sport - Rehabilitation - Prävention*. Balingen: Spitta-Verlag.
- Friedrich, W. (2014). *Optimales Trainerwissen. Sporttheorie und Sportpraxis für Trainer und Übungsleiter*. Balingen: Spitta-Verlag.
- Fröhner, G. (2008). Sportmedizinische Ratschläge für die Belastbarkeitssicherung im Nachwuchsleistungssport. Teil 2: Grundlagen der Prävention im Nachwuchsleistungssport. *Leistungssport*, 38 (1), 46-54.
- Fröhner, G. & Wagner, K. (2009). Belastungssicherung als Grundlage für perspektivische Spitzenleistungen. *Leistungssport*, 39 (1), 35-40.
- Geiger, L. (2007). Training und Belastbarkeit von Kindern und Jugendlichen. In Deutscher Skiverband e.V. (Hrsg.), *DSV-Theorielehrbuch. Grundlagen für die Ausbildung zum DSV-Übungsleiter und -trainer* (S. 190-193). Planegg.
- Granacher, U., Kriemler, S., Gollhofer, A. & Zahner, L. (2009). Neuromuskuläre Auswirkungen von Krafttraining im Kindes- und Jugendalter: Hinweise für die Trainingspraxis. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 60, 41-49.
- Grosser, M., Starischka, S. & Zimmermann, E. (2015). *Das neue Konditionstraining. Grundlagen - Methoden - Leistungssteuerung - Übungen - Trainingsprogramme*. München: BLV Buchverlag.
- Gundlach, H. (1980). *Zu den Strukturmerkmalen der Leistungsfähigkeit, der Wettkampfleistung und des Trainingsinhaltes in den Schnellkraft- und Ausdauerarten*. Dissertation Deutsche Hochschule für Körperkultur. Leipzig.
- Hirtz, P. (2007). Koordinative Fähigkeiten und Beweglichkeit. In K. Meinel & G. Schnabel (Hrsg.), *Bewegungslehre Sportmotorik. Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter pädagogischem Aspekt*. 11. Auflage (S. 212-242). Aachen: Meyer & Meyer.
- Hohmann, A., Voigt, L. & Singh, A. (2015). Konzepte erfolgreichen Nachwuchstrainings (KerN). *Leistungssport*, 45 (1), 5-9.
- Hottenrott, K. & Neumann, G. (2010). *Trainingswissenschaft. Ein Lehrbuch in 14 Lektionen*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Hottenrott, K. & Zülch, M. (1998). *Ausdauertraining Inline Skating*. Hamburg: Rowohlt.
- Hotz, A. (1990). Was zeichnet einen „guten“ Trainer letztendlich aus? Sind Ausstrahlung und Glaubwürdigkeit lern- und/oder lehrbar? *Leistungssport*, 20 (5), 45 f.
- Huber, A., Spitzenpfeil, P. & Waibel, C. (2013). Biomechanik. In Deutscher Skiverband e.V. (Hrsg.), *DSV-Theorielehrbuch. Grundlagen für die Ausbildung zum Schneeschportlehrer und Trainer* (S. 275-313). Planegg.
- iCoachKids (2019). Aufruf am 07.01.2019 unter <https://www.icoachkids.eu>.
- Institut für Angewandte Trainingswissenschaft (IAT) (Hrsg.) (2006). *Leipziger Thesen zum Nachwuchstraining*. Leipzig.
- Kemmler, J. (2006). *Richtig Carven*. 3. Auflage. München: BLV Buchverlag.
- Letzelter, H. & Letzelter M. (1982). Die Struktur sportlicher Leistungen als Gegenstand der Leistungsdiagnostik in der Trainingswissenschaft. *Leistungssport*, 12 (5), 351-361.
- Menzi, C., Zahner, L. & Kriemler, S. (2007). Krafttraining im Kindes- und Jugendalter. *Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie*, 55 (2), 38-44.
- Müller, E. & Schwameder, H. (Hrsg.) (2006). *Aspekte der Sportwissenschaft*. Salzburg.
- Niessen, W. & Müller, E. (1999). Carving - biomechanische Aspekte bei der Verwendung stark taillierter Skier und erhöhter Standflächen im alpinen Skisport. *Leistungssport*, 29 (1), 39-44.
- Oesterheldt, V. (2013). Sportdidaktik. In Deutscher Skiverband e.V. (Hrsg.), *DSV-Theorielehrbuch. Grundlagen für die Ausbildung zum Schneeschportlehrer und Trainer* (S. 195-245). Planegg.
- Pichardo, A. W., Oliver, J. L., Harrison, C. B., Maulder, P. S. & Lloyd, R. S. (2018). Integrating models of long-term athletic development to maximize the physical development of youth. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13 (6), 1189-1199.
- Pum, H. (2011). Die richtige Skitechnik. In H. Kirchmair (Hrsg.), *Skitechniktraining im alpinen Skirennlauf* (S. 3). Innsbruck: ÖSV-Verlag.
- Raschner, C. (2010). *Spezielle Aspekte des Kinder- und Jugendtrainings*. Vortragsunterlagen Institut für Sportwissenschaften der Universität Innsbruck.
- Raschner, C. (2011). *Sportmotorisches Leistungsprofil. Nachwuchssrennläuferinnen im Alters- und Geschlechtsvergleich. Trainingspraktische Konsequenzen, Zusammenhang mit Verletzungen und Auswirkungen auf die Talentselektion*. Vortragsunterlagen Institut für Sportwissenschaften der Universität Innsbruck.
- Raschner, C., Müller, E. & Schwameder, H. (1996). Kinematische und dynamische Technikanalyse im Slalom. Vergleich ausgewählter Parameter zwischen Spitzen- und Nachwuchssrennläufern. In E. Müller & H. Schwameder (Hrsg.), *Aspekte der Sportwissenschaft*. Salzburg.
- Raschner, C., Platzer, H. P., Patterson, C. & Lambert, S. (2008). Kraftleistungen österreichischer Nachwuchskaderathleten im alpinen Skirennsport - Normwerte einer Längsschnittanalyse über 10 Jahre. In Bundesinstitut für Sportwissenschaft (Hrsg.), *Krafttraining im Nachwuchsleistungssport* (S. 67-86). Leipzig: Leipziger Verlagsanstalt.
- Rynne, S. B., Crudgington, B., Dickinson, R. K. & Mallet, C. J. (2017). On the (potential) Value of Coaching. In J. Baker, S. Cobley, J. Schorer & N. Wattie (Eds.), *Routledge Handbook of Talent Identification and Development in Sport* (pp. 285-300). Abingdon: Routledge.
- Schnabel, G. (2011). Sportliche Leistung, Leistungsfähigkeit - Wesen und Struktur. In G. Schnabel, H.-D. Harre & J. Krug (Hrsg.), *Trainingslehre - Trainingswissenschaft*. 2. Auflage (S. 34-56). Aachen: Meyer & Meyer.
- Schnabel, G., Harre, D. & Krug, J. (Hrsg.) (2011). *Trainingslehre - Trainingswissenschaften*. 2. Auflage. Aachen: Meyer & Meyer.
- Singh, A., Voigt, L. & Hohmann, A. (2015). Konzepte erfolgreichen Nachwuchstrainings (KerN). Im Spannungsfeld von „Profession“ und Erfahrungs-

wissen: Erziehung als Handlungsorientierung und -problem im Nachwuchstraining. *Leistungssport*, 45 (2), 11-16.

Spitzenpfeil, P. (2007). Trainingslehre. In Deutscher Skiverband e.V. (Hrsg.), *DSV-Theorielehrbuch. Grundlagen für die Ausbildung zum DSV-Übungsleiter und -trainer* (S. 179-189). Planegg.

Spitzenpfeil, P. (2010). *Der alpine Ski- und Snowboardsport aus der Sicht der Trainingslehre*. Vortragsunterlagen der Fakultät für Sportwissenschaften der Technischen Universität München.

Spitzenpfeil, P., Huber, A. & Waibel, C. (2013). Bewegungslernen und Techniktraining. In Deutscher Skiverband e.V. (Hrsg.), *DSV-Theorielehrbuch. Grundlagen für die Ausbildung zum Schneisportlehrer und Trainer* (S. 315-339). Planegg.

Spitzenpfeil, P. & Waibel, K. H. (2007). Biomechanische Aspekte im Schneisport. In Deutscher Skiverband e.V. (Hrsg.), *DSV-Theorielehrbuch. Grundlagen für die Ausbildung zum DSV-Übungsleiter und -trainer* (S. 165-177). Planegg.

Stark, G. (2011). Langfristiger Leistungsaufbau. In G. Schnabel, H.-D. Harre & J. Krug (Hrsg.), *Trainingslehre - Trainingswissenschaft*. 2. Auflage (S. 401-435). Aachen: Meyer & Meyer.

Straub, G. (2017). „Avoid being Coach“. Spekulationen über elterlichen Narzissmus im Nachwuchsleistungssport. *Leistungssport*, 47 (4), 24-29.

Swiss-Ski (2017). *Swiss-Ski Power Test (Ski Alpin). Version 2017*. Bern.

Thiel, A., Gropper, H. & Mayer, J. (2018). Individualisierung und Nachwuchsleistungssport. Die Lebenswelt Heranwachsender als Herausforderung. *Leistungssport*, 48 (2), 10-15.

Thienes, G. (2008). *Trainingswissenschaft und Sportunterricht*. Berlin: Pro Business.

Voigt, L., Hohmann, A. & Singh, A. (2013). Konzepte erfolgreichen Nachwuchstrainings (KerN). Zentrale Merkmale subjektiver Trainertheorien zum leistungssportlichen Ausbildungsprozess. *Leistungssport*, 43 (6), 4-15.

Weineck, J. (2010). *Optimales Training. Leistungsphysiologische Trainingslehre unter besonderer Berücksichtigung des Kinder- und Jugendtrainings*. 16. Auflage. Balingen: Spitta Verlag.

Welke, M. (2017). Empathie in der Trainerkommunikation. *Leistungssport*, 47 (3), 11-16.

Wick, J. (2016). Individualisierung im Hochleistungssport. Möglichkeiten und Grenzen aus trainingswissenschaftlicher Perspektive. *Leistungssport*, 46 (1), 8-11.

Winter, R. & Hartmann C. (2007). Die Motorische Entwicklung des Menschen. In K. Meinel & G. Schnabel (Hrsg.), *Bewegungslehre - Sportmotorik*. 11. Auflage (S. 243-373). Aachen: Meyer & Meyer.

Wollny, R. (2010). *Bewegungswissenschaft. Ein Lehrbuch in 12 Lektionen*. 2. Auflage. Aachen: Meyer & Meyer.

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. Dirk Heering, Leiter Institut für Wintersport - Hochschuleinrichtung für Sportwissenschaft und Sportmanagement, Im Olympia-Skistadion, 82467 Garmisch-Partenkirchen
E-Mail: dirk.heering@ifw.iunworld.com