

Norman Helm/Olaf Prieske/Helmi Chabeene/Dirk Büsch/Hans-Dieter Heinisch/Urs Granacher

SYSTEMATISCHE ANALYSE DES KONDITIONELLEN ANFORDERUNGSPROFILS IN DER ZWEIKAMPFSPORTART JUDO

Literatur

- Agostinho, M. F., Olivio Junior, J. A., Stankovic, N., Escobar-Molina, R. & Franchini, E. (2018). Comparison of special judo fitness test and dynamic and isometric judo chin-up test development for cadet and junior athletes. *Journal of Exercise Rehabilitation*, 14 (2), 244-252.
- Akoto, R., Lambert, C., Balke, M., Bouillon, B., Rosch, K. H. & Höher, J. (2018). Epidemiology of injuries in judo: a cross-sectional survey of severe injuries based on time loss and reduction in sporting level. *British Journal of Sports Medicine*, 52 (17), 1109-1115.
- Barbado, D., Lopez-Valenciano, A., Juan-Recio, C., Montero-Carretero, C., van Dieen, J. H. & Vera-Garcia, F. J. (2016). Trunk stability, trunk strength and sport performance level in judo. *Plos One*, 11 (9).
- Behm, D. (1995). Neuromuscular implications and applications of resistance training. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 9 (4), 264-274.
- Behm, D. & Sale, D. (1993). Velocity specificity of resistance training. *Sports Medicine*, 15 (6), 374-388.
- Blais, L., Trilles, F. & Lacouture, P. (2007). Three-dimensional joint dynamics and energy expenditure during the execution of a judo throwing technique (Morote Seoi Nage). *Journal of Sports Sciences*, 25 (11), 1211-1220.
- Bompa, T. & Buzzichelli, C. (2015). *Periodization training for sports* (3rd ed.). Human Kinetics.
- Büsch, D., Heinisch, H. D., Bussweiler, J., Gawin, W. & Oswald, R. (2012). Einführung in das Themenheft zur Wettkampfanalyse in der Zweikampf- und Spportsportarten. *Zeitschrift für Angewandte Trainingswissenschaft*, 19 (1), 9-12.
- Büsch, D., Heinisch, H. D. & Lüdemann, R. (2016). Von Leistungsstrukturmodellen über Anforderungsprofile und Trainingsstudien zur Leistungssteuerung. In D. Büsch, D. Heinisch & R. Lüdemann (Hrsg.), *Leistungsfaktoren in Spiel- und Zweikampfsportarten* (Schriftreihe für Angewandte Trainingswissenschaft, 5, S. 7-11). Aachen: Meyer & Meyer.
- Callister, R., Callister, H. D., Staron, R. S., Fleck, S. J., Tresch, P. & Dudley, G. A. (1991). Physiological characteristics of elite judo athletes. *International Journal of Sports and Medicine*, 12 (2), 196-203.
- Chaabene, H., Negra, Y., Bouguezzi, R., Capranica, L., Franchini, E., Prieske, O. & Granacher, U. (2018). Tests for the assessment of sports-specific performance in olympic combat sports: A systematic review with practical recommendations. *Frontiers in Physiology*, 9 (doi: 10.3389/fphys.2018.00386).
- Detanico, D., Dal Pupo, J., Franchini, E. & Dos Santos, S. G. (2015). Effects of successive judo matches on fatigue and muscle damage markers. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 29 (4), 1010-1016.
- Dinn, N. & Behm, D. (2007). A comparison of ballistic-movement and ballistic-intent training of muscle strength and activation. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 2 (4), 386-399.
- Drid, P., Casals, C., Mekic, A., Radjo, I., Stojanovic, M. & Ostojic, S. M. (2015). Fitness and anthropometric profiles of international vs. national judo medalists in half-heavyweight category. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 29 (8), 2115-2121.
- Franchini, E., Artioli, G. G. & Brito, C. J. (2013). Judo combat: time-motion analysis and physiology. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 13 (3), 624-641.
- Franchini, E., Brito, C. J., Fukuda, D. H. & Artioli, G. G. (2014). The physiology of judo-specific training modalities. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 28 (5), 1474-1481.
- Franchini, E., Del Vecchio, F. B., Matsushige, K. A. & Artioli, G. G. (2011a). Physiological profiles of elite judo athletes. *Sports Medicine*, 41 (2), 147-166.
- Franchini, E., Miarka, B., Matheus, L. & Del Vecchio, F. B. (2011b). Endurance in judogi grip strength tests: Comparison between elite and non-elite judo players. *Archives of Judo*, 7 (1), 1-4.
- Franchini, E., Sterkowicz, S., Szmatlan-Gabrys, U., Gabrys, T. & Garnys, M. (2011c). Energy system contribution to the special judo fitness test. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 6 (3), 334-343.
- Franchini, E., Takito, M. Y., Kiss, M. A. & Sterkowicz, S. (2005). Physical fitness and anthropometrical differences between elite and non-elite judo players. *Biology of Sport*, 22 (4), 315-328.
- Gutierrez, A., Prieto, I. & Cancela, J. M. (2009). Most frequent errors in judo uki goshi technique and the existing relations among them analysed through T-patterns. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9 (CSSI3), 36-46.
- Gutiérrez-Sánchez, A. G., Domínguez, A. S., Pérez-Turpin, J. A., Cortell-Tormo, J. M. & Llorca, C. S. (2011). Importance of hand-grip strength as an indicator for predicting the results of competitions of young judokas. *Archives of Judo*, 7 (3), 167-172.
- Harris, D. M., Foulds, S. & Latella, C. (2019). Evidence-based training recommendations for elite judoka. *Strength and Conditioning Journal*, epub ahead of print (doi: 10.1519/SSC.0000000000000426).
- Harre, D. & Leopold, W. (1986a). Kraftausdauer und Kraftausdauertraining. *Theorie und Praxis der Körperkultur*, 35 (4), 282-292.
- Harre, D. & Leopold, W. (1986b). Kraftausdauer und Kraftausdauertraining. *Theorie und Praxis der Körperkultur*, 35 (5), 355-359.
- Heinisch, H. D. & Lehmann, G. (2007). Struktur der Zielgerichtetheit der sportartspezifischen Trainingsmittel im Judo. *Leistungssport*, 37 (5), 6-14.
- Heinisch, H. D., Oswald, R., Ultsch, D., Bazynski, M., Birod, M. & Büsch, D. (2012). Analyse der Olympischen Spiele 2012 im Judo. *Zeitschrift für Angewandte Trainingswissenschaft*, 19 (2), 121-150.
- Heinisch, H. D., Knoll, K., Büsch, D., Schulze, R., Leonhardt, S. & Schulze, J. (2016). Effektivitätsstudie zur akzentuierten Entwicklung der Griffkraft im Judo. In D. Büsch, H.-D. Heinisch & R. Lüdemann (Hrsg.), *Leistungsfaktoren in den Spiel- und Kampfsportarten* (Schriftreihe für Angewandte Trainingswissenschaft, 5, S. 24-40). Aachen: Meyer & Meyer.
- Heinisch, H. D., Oswald, R., Ultsch, D., Bazynski, M., Leonhardt, S. & Büsch, D. (2017). Analyse der Olympischen Spiele 2016 im Judo und Entwicklungstendenzen im Olympiazzyklus 2012-2016. In J. Wick, I. Seidel & D. Büsch, *Olympiaanalyse Rio 2016: Olympiazzyklusanalysen und Auswertungen der Olympischen Spiele 2016*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Helm, N., Prieske, O., Muehlbauer, T., Krüger, T., Chaabene, H. & Granacher, U. (2018a). Validation of a new judo-specific ergometer system in male elite and sub-elite athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 17, 465-474.
- Helm, N., Prieske, O., Muehlbauer, T., Krüger, T. & Granacher, U. (2018b). Effekte eines judospezifischen Messplatztrainings auf kinetische und elektromyographische Parameter des Anreißenens bei Wurfeingangsübungen von Judoka. *Sportverletzung Sportschaden*, 32, 134-142.
- Helm, N., Prieske, O., Muehlbauer, T., Retzlaff, M., Krüger, T. & Granacher, U. (2018c). Assoziationen zwischen der Rumpfkraft und judospezifischen Leistungen von Judoka. *Sportverletzung Sportschaden*, epub ahead of print.
- Hohmann, A., Lames, M. & Letzelter, M. (2010). *Einführung in die Trainingswissenschaft* (5. Aufl.). Wiesbaden: Limpert.
- Imamura, R. T., Hreljac, A., Escamilla, R. T. & Edwards, W. B. (2006). A three-dimensional analysis of the center of mass for three different judo throwing techniques. *Journal of Sports Science and Medicine*, 5 (CSSI), 122-131.
- Kibler, W. B., Press, J. & Sciascia, A. (2006). The role of core stability in athletic function. *Sports Medicine*, 36 (3), 189-198.
- Kim, K. S., Park, K. J., Lee, J. & Kanf, B. Y. (2015). Injuries in national olympic level judo athletes: An epidemiological study. *British Journal of Sports Medicine*, 49 (17), 1144-1150.
- Kraemer, W. J., Comstock, B. A., Clark, J. E. & Dunn-Lewis, C. (2012). Athlete needs analysis. *NCSA's Guide to Program Designs*, 1-21.
- Lehmann, G. & Ulbricht, J. (2007). *Judo. Klassische und moderne Wurftechniken*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Lopes-Silva, J. P., Panissa, V. L. G., Julio, U. F. & Franchini, E. (2018). Influence of physical fitness on Special Judo Fitness Test performance: a multiple linear regression analysis. *Journal of Strength and*

- Conditioning Research*, epub (doi: 10.1519/JSC.0000000000002948).
- Müller, S., Cassel, M., Stoll, J., Müller, J. & Mayer, F. (2017). Rückenschmerzen bei Athleten – wirkt Sport protektiv? *Sportphysio*, 5 (2), 57-65.
- Nehrer, S. (2013). Die Frau im Sport: Genderspezifische Probleme in der Sportorthopädie. *Manuelle Medizin*, 51 (1), 21-26.
- Olivier, N., Marschall, F. & Büsch, D. (2016). *Grundlagen der Trainingswissenschaft und -lehre* (2. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.
- Pococco, E., Ruedl, G., Stankovic, N., Sterkowicz, S., Del Vecchio, F. B., Gutiérrez-García, C., Rousseau, R., Wolf, M., Kopp, M., Miarka, B., Menz, V., Krüsmann, P., Calmet, M., Malliaropoulos, N. & Burtscher, M. (2013). Injuries in judo: a systematic literature review including suggestions for prevention. *British Journal of Sports Medicine*, 47 (18), 1139-1143.
- Prill, R., Michel, S., Schulz, R. & Coriolano, H. A. (2019). Body composition and strength parameters in elite judo athletes 5 years after anterior cruciate ligament reconstruction. *International Journal of Sports Medicine*, 40 (1), 38-42.
- Radovanovic, D., Bratic, M., Nurkic, M., Cvetkovic, T., Ignjatovic, A. & Aleksandrovic, M. (2009). Oxidative stress biomarker response to concurrent strength and endurance training. *General Physiology and Biophysics*, 28 (Special Issue), 205-211.
- Raschner, C., Platzer, H. P., Patterson, C., Werner, I., Huber, R. & Hildebrandt, C. (2012). The relationship between ACL injuries and physical fitness in young competitive ski racers: a 10-years longitudinal study. *British Journal of Sports Medicine*, 46 (15), 1065-1071.
- Schumann, M. & Ronnestad (Eds.) (2019). *Concurrent Aerobic and Strength Training. Scientific Basics and Practical Applications*. Cham (Schweiz): Springer.
- Sterkowicz, S. (1995). Special judo fitness test. *Antropomotoryka*, 12-13, 29-44 (in Polish, Abstract in English).
- Tittel, K., & Seidel, E. (2016). *Beschreibende und funktionelle Anatomie des Menschen* (16. Aufl.). München: Urban & Fischer.
- Ullrich, B., Pelzer, T., Oliveira, S. & Pfeiffer, M. (2015). Anpassungseffekte linearen und täglich-nicht-linearen Krafttrainings während zwei Kurzzeit-Mesozyklen. Eine Untersuchung mit Elite-Nachwuchsjudoka. Teil 3 der Beitragsreihe Krafttraining-Periodisierungsmodelle auf dem Prüfstand. *Leistungssport*, 45 (6), 36-42.

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. Urs Granacher, Universität Potsdam, Professur für Trainings- und Bewegungswissenschaft, Forschungsschwerpunkt Kognitionswissenschaften, Am Neuen Palais 10, Haus 12, 14469 Potsdam
E-Mail: urs-granacher@uni-potsdam.de