

Tim Mücke

KRAFTTRAINING IN DER 1. VOLLEYBALL-BUNDESLIGA

Literatur

- Czimek, J. & DVV (Hrsg.) (2017). *Volleyball. Training & Coaching. Vom Jugend zum Leistungsvolleyballer*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Diemer, F. & Sutor, V. (2010). *Praxis der medizinischen Trainingstherapie II. Halswirbelsäule und obere Extremität*. Stuttgart: Thieme.
- Ellenberger, S. (2016). *Belastbarkeit und Trainierbarkeit im Volleyball unter besonderer Berücksichtigung der Fähigkeit zur stabilen Körperhaltung*. Unveröffentlichte Dissertation. Philipps-Universität Marburg/Lahn.
- Forthomme, B., Croisier, J., Ciccarone, G., Crielaard, J. & Cloes, M. (2005). Factors correlated with volleyball spike velocity. *International Journal of Sports Medicine*, 33, 1513-1519.
- Fleddermann, M. & Czimek, J. (2012). Diagnostik-Camp Volleyball – eine volleyballspezifische Leistungsdiagnostik. In K. Langolf & R. Roth (Hrsg.), *Volleyball International in Forschung und Lehre 2010 bis 2012*. Hamburg: Feldhausverlag.
- Glöde, Y. (2020). *Von 100 auf 0: Wie sich Volleyball-Profis jetzt fithalten*. Download unter https://www.volleyball-bundesliga.de/index.xhtml?ljsessionid=c1lGpwBSExUgqZeBFfUw8DWFHP r q F O Z w E - 7 8 O Z c . s a s 0 2 ? c o m p o n e n t _ 1 8 0 4 9 1 . s h o w A r t i c l e.
- Grgantov, Z., Milic, M. & Katic, R. (2013). Identification of explosive power factors as predictors of player quality in young female volleyball players. *Collegium Antropologicum Journal*, 27, 61-68.
- Hohmann, A., Lames, M. & Letzelter, M. (2014). *Einführung in die Trainingswissenschaft* (6. Aufl.). Wiebelsheim: Limpert.
- Iwoilow, A. (1984). *Volleyball – Biomechanik und Methodik*. Berlin: Sportverlag.
- Papageorgiou, A. & Hummerbrum, B. (1988). Sprunghandlungen im Volleyball. In F. Dannemann (Red.), *Training und Methodik des Volleyballspiels*. Ahrensburg: Czwalina.
- Papageorgiou, A. & Spitzley, W. (2015). *Handbuch für Volleyball: Grundlagen*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Schiffer, T., Geisler, S., Knicker, A. & Mierau, A. (2010). *Einführung in das Krafttraining*. Köln: Sportverlag Strauß.
- Steinhöfer, D. (2008). *Athletiktraining im Sportspiel*. Münster: Philippka-Sportverlag.
- Voigt, H., Richter, E. & Jendrusch, G. (2010). *Betreuen, Fördern, Fordern. Volleyballtraining im Kindes und Jugendalter. Band 1: Das Konzept*. Hamburg: Czwalina.
- Wagner, H., Tilp, M., von Duvillard, S. & Müller, E. (2009). Kinematic analysis of volleyball spike jump. *International Journal of Sports Medicine*, 30, 760-765.
- Weineck, J. (2019). *Optimales Training – leistungsphysiologische Trainingslehre unter besonderer Berücksichtigung des Kinder- und Jugendtrainings*. Balingen: Spitta Verlag.
- Zatsiorsky, V. & Kraemer, W. (2016). *Krafttraining. Praxis und Wissenschaft*. Aachen: Meyer & Meyer.

Korrespondenzadresse

Tim Mücke, DOSB A-Trainer Volleyball, Stiepeler Str.
131b, 44801 Bochum
E-Mail: tim.muecke@ruhr-uni-bochum.de