

Rita Regös/Martina Volkland

MENTAL PARCOURS

Literatur

- Beckmann, J. & Elbe, A. (2008). *Praxis der Sportpsychologie im Wettkampf- und Leistungssport* (1. Aufl.). Balingen: Spitta.
- Budde, H., Pietraszyk-Kendziorra, S. & Voelcker-Rehage, C. (2008). Koordinative Aufgaben über 10 Minuten führen zu verbesserten Konzentrationsleistungen bei Schülern. *Sport und Gesundheit in der Lebensspanne: Jahrestagung der dvs-Kommission Gesundheit vom 10.-11. April 2008 in Bad Schönborn* (S. 160-164).
- Eberspächer, H. (1990). Mentales Fertigkeitstraining. *Sportpsychologie*, 4 (3), 5-13.
- Eberspächer, H., (2007). *Mentales Training*. München: Coppel Verlag.
- Eberspächer, H. (2020). *Mentales Training – Grundlagen, Effekte, Anwendung*. Kaiserslautern: Sportbund Pfalz.
- Haidn, O. & Weineck, J. (2000). *Bogenschießen: Trainingswissenschaftliche Grundlagen*. Balingen: Spitta.
- Heinlin, C. & Lange, H. (2010). Parkour: Unwegsam unterwegs sein – erlebnisbezogene Grenzerweiterung innerhalb jugendkultureller Bewegungslandschaften. *Handbuch Methoden im Sport. Lehren und Lernen in der Schule, im Verein und im Gesundheitssport* (S. 527-535).
- Immenroth, M., Eberspächer, H. & Hermann, H. (2008). Training kognitiver Fertigkeiten. *Anwendungen der Sportpsychologie*, 119-176.
- Kleiner, K., Aigner, T. & Tunger, T. (2016). Zur Modellierung kompetenzorientierter und selbstgesteuerter Lernaufgaben am Beispiel Geräteparcours. *Bewegung & Sport*, 70 (1), 10-17.
- Krug, J. (2009). Prognosen der Wettkampfleistung. *Leistungssport*, 39 (2), 5-10.
- Regös, R. (2019). *ASP 2019 Abstract Booklet. / Mental Parcours*. (S. 17). Download unter https://orbilu.uni.lu/bitstream/10993/39799/1/AbstractBooklet_a_sp-2019.pdf.
- Robazza, C., Bortoli, L., Nitsch, J. R., Seiler, R., Allmer, H. & Hackfort, D. (1994). Mental training for shooters. *Bewegung und Sport – Psychologische Grundlagen und Wirkungen*. Bd. 3: *Psychologisches Training* (S. 232-239).
- Schack, T. & Hackfort, D. (2020). Routinen: Komplexe Handlungsmuster zur Leistungsunterstützung. *Sport in Kultur und Gesellschaft* (S. 1-12).
- Schilling, G., Gubelmann, H., Nitsch, J. R., Seiler, R., Allmer, H. & Hackfort, D. (1994). Mentales Training im Schulsport. *Bewegung und Sport – Psychologische Grundlagen und Wirkungen*. Bd. 3: *Psychologisches Training* (240-244).
- Schrowe, T. (2004). *Die methodisch-didaktische Bedeutung der Übung im Unterricht*. München: GRIN Verlag.
- Warwitz, S. (1966). *Die Wechselbeziehung zwischen dem allgemeinen intellektuellen und dem allgemeinen physischen Fähigkeitsbereich unter besonderer Berücksichtigung des kombinatorischen Denkens und der Bewegungskoordination*. (S. 88-91, 96-102) Wien: Universität Wien.
- Warwitz, S. (1976). *Der Wiener Koordinationsparcours (WKP). Das sportwissenschaftliche Experiment* (S. 48-62). Hofmann: Schorndorf.

Korrespondenzadresse

Dr. Rita Regös, Dipl.-Psychologin
E-Mail: rita.regoes@gmx.de