

Christoph Mühlberger

# BELASTBARKEITSSICHERUNG FÜR SKISPRUNGSTRAINER IM KONTEXT VON IMITATIONS-SPRÜNGEN

## Literatur

- Boyle, M. (2012). *Fortschritte im Functional Training*. München: Riva Verlag.
- Cook, G., Burton, L., Hoogenboom, B. J. (2006). Pre-participation screening: the use of fundamental movements as an assessment of function – part 1. *North American Journal of Sports Physical Therapy*, 1 (2), 62-72.
- Cook, G., Burton, L., Hoogenboom, B. J., Voight, M. (2014). Functional movement screening: the use of fundamental movements as an assessment of function – part 1. *International Journal of Sports Physical Therapy*, 9 (3), 396-409.
- Ettema, G. J., Bråten, S., Bobbert, M. F. (2005). Dynamics of the in-run in ski jumping: A simulation study. *Journal of Applied Biomechanics*, 21 (3), 247-259.
- Fröhner, G. (1993). *Die Belastbarkeit als zentrale Größe im Nachwuchstraining*. (Trainerbibliothek, Band 30). Münster: Philippka Sportverlag.
- Ketterer, J., Gollhofer, A., Gehring, D., Brinkmann, D., Lauber, B. (2021b). Etablierung einer 3D-Bewegungsanalyse der Absprungbewegung an der Sprungschanze. In *BISp-Jahrbuch Forschungsförderung 2019/20* (S. 71-75).
- Ketterer, J., Lauber, B., Gollhofer, A. (2021a). Feedback-Optimierung im Skisprung. In *BISp-Jahrbuch Forschungsförderung 2020/21* (S. 101-106).
- Mühlberger, C. (2022a). Verletzungsprävention für Trainer bei der Hilfestellung im Gerätturnen. *Leistungssport*, 52 (2), 31-34.
- Mühlberger, C. (2022b). Verletzungsprävention für Trainer bei der Hilfestellung im Gerätturnen – Teil II. *Leistungssport*, 52 (5), 44-47.
- Mühlberger, C. (2023). Verletzungsprävention für Trainer bei der Hilfestellung im Gerätturnen – Teil III. *Leistungssport*, 53 (5), 44-47.
- Sandbakk, Ø., Rasdal, V., Bråten, S., Moen, F., Ettema, G. (2016). How do world-class nordic combined athletes differ from specialized cross-country skiers and ski jumpers in sport-specific capacity and training characteristics? *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 11 (7), 899-906.
- Schwameder, H. (2008). Biomechanics research in ski jumping – 1991-2006. *Sports Biomechanics*, 7, 114-136.

## Korrespondenzadresse

Christoph Mühlberger, Schottstrasse 38, 70192 Stuttgart  
 E-Mail: cm@qualitaetraining.de; www.qualitaetraining.de