

Ditmar WICK: BIOMECHANIK IM SPORT

Lehrbuch der biomechanischen Grundlagen sportlicher Bewegungen

Spitta Verlag, Balingen 2014. 3., überarbeitete und erweiterte Auflage. 37.80

Anliegen des Buches ist es, das mechanische und biomedizinische Grundwissen über sportliche Bewegungen zu vermitteln. Nach der Einführung findet man folgende Kapitel: Komplexität sportlicher Bewegungen; Mathematische Grundlagen; Mechanische Grundlagen und Gesetze von Bewegungen des Menschen; Biomechanik des menschlichen Bewegungsapparates; Faktoren der sportlichen Leistung aus biomechanischer Sicht und deren Objektivierung; Biomechanische Anwendungsaspekte sportlicher Bewegungen. Hilfreich erweist sich die anschließende lexikalische Auflistung wesentlicher Begriffe der Biomechanik. Wichtige Erkenntnisse findet man im Text jeweils als Merksätze zusammengefasst, und die Kapitel schließen jeweils mit Fragen und Aufgaben zum Inhalt. Die Neuauflage wurde unter anderem um Ausführungen zu "Neueren Ansätzen und Formen des Krafttrainings" erweitert.