

VSEBINA julij-avgust 2007

FARMAKOLOGIJA

Zdravljenje športnih poškodb z injekcijami

Fares Haddad in Ademola Adejuwon govorita o možnostih, da z injekcijami pospešimo okrevanje po mišičnih poškodbah.

SIB 70, junij 2007

POKLICNI RAZVOJ (1. del)

Zakaj naj bodo trenerji pozorni na poškodbe

Ulrik Larsen, SIB 70, junij 2007

POKLICNI RAZVOJ (2. del)

Kako naj osebni trenerji ravnajo s poškodbami

Ulrik Larsen

SIB 71, julij 2007

FIZIOLOGIJA TRIATLONA

Triatlon – dihajte lažje in osvojite prehod med kolesom in tekom!

Alison McConnell, Peak Performance 247, julij 2007

VARČUJTE S ČASOM

60 gre v 30 – kako trenirati, ko nam zmanjkuje časa

James Marshall, Excelsior, športno treniranje, Peak Performance 247, julij 2007

ZNANJE ZA MODRO TRENIRANJE

Poročilo z letnega srečanja ACSM v New Orleansu (30. maj-2. junij)

Andrew Hamilton, Peak Performance 247, julij 2007

PO KENIJSKO

Bruce Tulloh je za nas prebral dve novi knjigi o treningu kenijskih tekačev

Bruce Tulloh, The Coach 35, jesen 2006

HUDE BOLEZNI

Zakaj se dobro pripravljene športniki nenadoma mrtvi zgrudijo na igrišču

Jeremy Windsor, Peak Performance 248, julij 2007

BRUŠENJE IN OHRANJANJE FORME

Od izboljšanja do ohranjanja pripravljenosti

Catherine Allen, Coaching Edge, št. 7, pomlad 2007

ZNANOST ZA BOLJŠE TRENIRANJE

Kofein in vzdržljivostno naprežanje

Večja nadmorska višina okrepi razpoloženske odzive na vadbo