

VSEBINA 5-2007

Z ATLETSKE STEZE V ČOLN

V mirnejših vodah: pogovor s Kimberley Crow

Robin Saunders, The Coach 36, pomlad 2007

PAMETNO TRENIRANJE - 1

Hitrost: tehnika pospeševanja iz startnih blokov

Robin Saunders, The Coach 38, jesen 2007

PAMETNO TRENIRANJE – 2

Trening z nadmaksimalno hitrostjo: je vreden truda?

John Shepherd, The Coach 38, jesen 2007

PAMETNO TRENIRANJE – 3

Ali hitrost vodi k vzdržljivosti?

Tom Crick, The Coach 38, jesen 2007

PAMETNO TRENIRANJE

Modra glava na mladih ramenih

Tom Crick, The Coach 38, jesen 2007

PREHRANA

Magnezij – ali je za športnike pomembnejši, kot smo mislili?

Andrew Hamilton, Peak Performance 250, september 2007

PREHRANA

Pomembnost beljakovin (1. del)

Robin Story, The Coach 38, jesen 2007

PREHRANA

Nova med nami – ali kvercetin (quercetin) in beta-alanin lahko koristita športnikom?

Ron Maughan in Andrew Hamilton, Peak Performance 245, maj 2007

KRONIČNE TEGOBE

Kako znanost dohiteva kronične bolečine v prednjem delu kolena

Malcolm Davies in Fares Haddad, *Peak Performance* 248, julij 2007

MOČ, VZDRŽLJIVOST ALI OBOJE?

Treniranje moči in tek na dolge proge

Jason R. Karp, *The Coach* 37, poletje 2007

MOČ V BORILNIH ŠPORTIH

Spoprimate se z uspehom – česa se o treningu za moč lahko naučimo od rokoborcev

Andy Harrison, *Peak Performance* 250, september 2007

ZDRAVJE

Športnik in astma

Ryan Shulman, *SIB* 73, oktober 2007

KAJ PRINAŠAJO RAZISKAVE

Goljufijam z insulinom bo odklenkalo

Anal Chem 2007; 79(6): 2518-2524, povzeto in objavljeno v *Peak Performance* 245

Prek hribov in dolin in daleč od bolečin

Sports Injury Bulletin št. 68, april 2007

Trening eksplozivne moči pomaga k boljšim dosežkom v tekih na dolge proge

Int J Sports Med 2007; 20, povzeto in objavljeno v *Peak Performance* 245