

UREDNIKOVA BESEDA

**Slaba vest tekača na dolge proge**

Janez Penca

**ZA UČINKOVITO TRENIRANJE**

**Delo pozimi nagrajuje poleti**

David Lowes

*The Coach 12*

**ZA UČINKOVITO TRENIRANJE**

**Treniranje polovičnega maratona... sodeloval bo tudi trener**

Derek Parker

*The Coach 19*

**ZA UČINKOVITO TRENIRANJE**

**Vpogled v polovični maraton in maraton**

David Lowes

*Track Coach 20*

**ZA UČINKOVITO TRENIRANJE**

**Hiti počasi: čim bolj boste hiteli, tem počasnejši boste**

Derek Parker

*The Coach 14*

POŠKODBE

**Okrevanje po tekaški poškodbi: znanstven pristop**

Matt Lancaster

*Peak Performance 262*

TRENING

**Trening nog za boljše dosežke**

Mag. John Shepherd

*Peak Performance 225*

ZDRAVJE

**Kondicija in debelost: dobre novice za "krepkejše" športnike**

Gary O'Donovan

*Peak Performance 283*

TRENIRANJE

**Okrevanje: čas je, da prevzamemo pobudo!**

Joe Marshall

*Peak Performance 289*

FIZIOLOGIJA

**Raztezanje: res samo zapravljanje časa?**

Dr. Gary O'Donovan

*Peak Performance 290*

RAZISKAVE ZA PRAKSO

**Višnjev sok lajša mišične bolečine med tekom**

*J Int Soc Sports Nutr*, 7. maj 2010 7;7(1):17; elektronska objava pred tiskom; posredovano v *Peak Performance* 289, julij 2010

**Kratko in ostro**

*Eur J Appl Physiol.*, 23. junij 2010 (elektronska objava pred tiskom); posredovano v *Peak Performance* 290, avgust 2010

**Ujemite pravi korak**

*Med Sci Sports Exerc.*, 23. junij 2010 (elektronska objava pred tiskom)

**Od Aten do Maratonskega polja**

Iz romana Harukija Murakamija "O čem govorim, ko govorim o teku"