

Herzsport

Erfolgreiche Bewegungsprogramme in Theorie und Praxis

Herzsport bzw. Koronarsport ist eine von Fachmedizinern, Therapeuten und Krankenkassen empfohlene Bewegungstherapie, die immer noch viel zu selten von Menschen mit einer kardialen Erkrankung in Anspruch genommen wird. Christoph Raschka und Klaus Edel vermitteln im Theorieteil des Buches das Basiswissen über den Herzsport und damit die notwendige Sicherheit zum souveränen und kompetenten Umgang mit Koronarpatienten.

Im Praxisteil stellen Marie Louise Vogel und Ludwig Möller eine Vielzahl von bewährten und ausgewogenen Übungsbeispielen (Ausdauer, Kräftigung, Koordination, Spiele, Entspannung, Dehnen, Wassergymnastik) für eine erfolgreiche Durchführung von Herzsportstunden vor. Die 2. Auflage wurde um mehr als 30 Seiten erweitert und enthält beispielhafte Stundenbilder mit großer thematischer Vielfalt.

Das Buch richtet sich primär an Übungsleiter von Koronarsportgruppen, Sport- und Trainingswissenschaftler, Sportlehrer, Sporttherapeuten, Physiotherapeuten sowie Studierende der Sportwissenschaften, Physiotherapie, Pflegewissenschaften und Medizin, aber auch an interessierte Herzsportteilnehmer und ihre betreuenden Ärzte.



Prof. Dr. Dr. Dr. Christoph Raschka ist Internist und Facharzt für Allgemein- und Sportmedizin und Hochschullehrer für Sportwissenschaft an der Julius-Maximilians-Universität in Würzburg.

Marie Louise Vogel ist Diplom-Sportwissenschaftlerin und hat jahrelange Erfahrung in der ambulanten und stationären Betreuung von Koronarsportgruppen.

Dr. med Klaus Edel ist Kardiologe und seit April 2017 Chefarzt der Abteilung für kardiologische Prävention und Rehabilitation am Herz-Kreislaufzentrum in Rotenburg a. d. Fulda.

Ludwig Möller ist Physiotherapeut, Sporttherapeut und Personal Coach. Er ist seit 1983 therapeutisch tätig und seit 1996 Therapieleiter im Herz-Kreislaufzentrum in Rotenburg a. d. Fulda.

(Text: 1.895 Zeichen inkl. Leerzeichen, 31 Zeilen. Wir freuen uns über einen Beleg!)

Raschka/Vogel/Edel/Möller

Herzsport

Erfolgreiche Bewegungsprogramme in Theorie und Praxis

2., Aufl., 184 S., 70 farb., Abb., 232 Fotos, kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1977-2

Best.-Nr.: 343-01977

14.95 €