

# NEUERSCHEINUNGEN GESAMTPROGRAMM

20  
22



Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Kundinnen und Kunden,

seit seiner Gründung im Jahre 1921, also vor über **100 Jahren**, ist der **Limpert Verlag** eine feste und verlässliche Größe, wenn es um Fachliteratur geht, die der Vermittlung von Sport dient, sei es in Schulen oder in den zahlreichen Sportvereinen im Lande.



Gerhard Stahl  
Verleger

Was lag also näher, als anlässlich dieses Jubiläums einen Sonderband der Zeitschrift **SportPraxis** erscheinen zu lassen, der die Geschichte des Limpert Verlages mit der Entwicklung des Schulsports verknüpft. Es freut mich außerordentlich, dass ich die Herren *Prof. Dr. Stefan König*, der seit 7 Jahren Chefredakteur der Zeitschrift ist, und *Prof. Dr. Michael Krüger* gewinnen konnte, die Herausgeberschaft für diesen Sonderband mit dem Titel **„Geschichte und Zukunft des Schulsports in Lehre und Praxis“** zu übernehmen, den ich Ihnen besonders ans Herz legen möchte.

Ein weiteres – im wahrsten Sinne – Schwergewicht in unserer sportwissenschaftlichen Lehrbuchreihe ist die von *Prof. Dr. Ernst-Joachim Hossner* und *Prof. Dr. Stefan Künzell* verfasste **„Einführung in die Bewegungswissenschaft“**, die – und das ist das Besondere – Lehrbuchwissen und Praxisbeispiele in idealer Weise miteinander verbindet.

Mit den bewährten und immer aktuellen **Praxisbüchern** erhalten sowohl Sportlehrkräfte an den allgemeinbildenden Schulen als auch Übungsleiterinnen und Übungsleiter in den Vereinen direkt umsetzbare Stundenbilder zu nahezu allen relevanten Sport- und Bewegungsbereichen. Mit seinem neuen Buch **„Fit & Vital in jedem Alter“** sagt unser Autor *Klaus Moosmann* hingegen dem „inneren Schweinehund“ den Kampf an, indem er uns ein **tägliches 15-Minuten-Wohlfühlprogramm** kreiert, das man wunderbar mit vielerlei Alltagsaktivitäten verbinden kann und deshalb keinen Raum für Ausreden lässt.

Kurzum: Lassen Sie sich von der Vielzahl unserer Sportbücher, die Sie in diesem Verzeichnis finden, inspirieren und im besten Sinne „verführen“, denn **Gesundheit und Fitness durch Bewegung ist Trumpf!**

Sportliche Grüße aus dem Hunsrück

Ihr



Gerhard Stahl

PS: Gerne können Sie für Kolleginnen und Kollegen weitere Kataloge kostenlos bei uns anfordern. Bitte unter Tel. 06766/903-251 oder per Mail an [hippert@limpert.de](mailto:hippert@limpert.de).

Constanze Grüger

## Bewegungslandschaften im Eltern-Kind-Turnen

75 Stationskarten für das ganze Jahr

Die typische Situation im Eltern-Kind-Turnen sieht wie folgt aus: Eine stark beanspruchte Übungsleiterin, viele ungeduldige Kinder und zahlreiche Eltern, die beim Aufbau der Turngeräte gerne helfen würden, aber nicht wissen, wie die Stationen aussehen sollen. Diese Kartensammlung schafft Abhilfe: Dank der 72 Stationskarten und der drei allgemeinen Karten können die Eltern nicht nur den Aufbau der Turnstationen tatkräftig unterstützen, sondern auch die Bewegungsaufgabe erklären und Hilfestellung leisten. Jede Karteikarte enthält auf der Vorderseite Angaben zu den benötigten Geräten und Materialien, eine Aufbauanleitung und eine übersichtliche Aufbauskizze. Auf der Rückseite sind die Bewegungsaufgaben sowie die Formen der Hilfestellung erläutert.



Constanze Grüger

### Bewegungslandschaften im Eltern-Kind-Turnen

75 Stationskarten für das ganze Jahr

6., Aufl., 75 Inhaltskarten, 2 Deckkarten, 77 farb. Abb., Loseblattsammlung, 14,8 x 21 cm

ISBN 978-3-7853-1997-0

Best.-Nr.: 3431997

€ 19,95

Constanze Grüger/Yvonne Hubert

## Phantasievolle Bewegungslandschaften für Kindergarten- und Vorschulkinder

75 Stationskarten für das ganze Jahr

Die Förderung motorischer und kognitiver Fähigkeiten von Kindern kann nicht früh genug beginnen. Idealerweise geschieht dies in Form abwechslungsreicher und für Kinder abenteuerlich gestalteter Bewegungslandschaften. Diese Stationskarten basieren auf langjähriger Erfahrung der Autorinnen und beinhalten 75 Geräteaufbauten, die in 12 Bewegungslandschaften eingeteilt sind. Die Themen sind in den Jahreskreis eingebunden und erlauben stets einen Bezug zu den aktuellen, jahreszeitlichen Ereignissen. Der Aufbau ist so strukturiert, dass Kinder im Alter von 3-6 Jahren alleine, ohne elterliche Hilfe, turnen können. Übungsleiter, Lehrer und Betreuer erhalten zu jeder Station Hinweise zu den Förderschwerpunkten sowie weitere Bewegungsideen.

Constanze Grüger/Yvonne Hubert

### Phantasievolle Bewegungslandschaften für Kindergarten- und Vorschulkinder

75 Stationskarten für das ganze Jahr

5. Aufl., 85 Karten, 80 farb. Abb., Loseblattsammlung, 14,8 x 21 cm

ISBN 978-3-7853-1979-6

Best.-Nr.: 3431979

€ 19,95

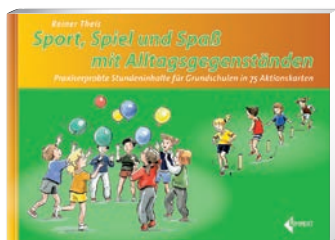






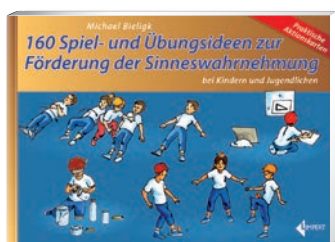
Constanze Gröger  
**Bewegungshits für Grundschulkids**  
 Parcours- und Turnstationen für Schule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1962-8  
 Best.-Nr.: 3431962

€ 19,95



Reiner Theis  
**Sport, Spiel und Spaß mit Alltagsgegenständen**  
 Praxiserprobte Stundeninhalte für Grundschulen  
 in 75 Aktionskarten  
 ISBN 978-3-7853-1857-7  
 Best.-Nr.: 3431857

€ 4,95



Michael Bielick  
**160 Spiel- und Übungsideen zur Förderung der Sinneswahrnehmung**  
 bei Kindern und Jugendlichen  
 ISBN 978-3-7853-1883-6  
 Best.-Nr.: 3431883

€ 9,95



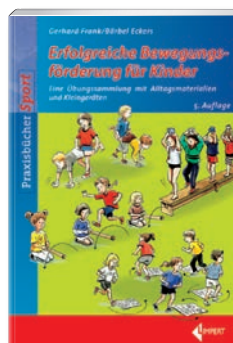
Constanze Gröger/Yvonne Hubert  
**Kunterbunte Bewegungsideen**  
 für Kindergarten, Kita und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1912-3  
 Best.-Nr.: 3431912

€ 19,95



Constanze Gröger/Silke Endres  
**Phantasievolle Spiel- und Bewegungsideen**  
 für Kindergarten, Vorschule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1852-2  
 Best.-Nr.: 3431852

€ 9,95



Gerhard Frank/Bärbel Eckers  
**Erfolgreiche Bewegungsförderung für Kinder**  
 Eine Übungssammlung mit Alltagsmaterialien und Kleingeräten  
 ISBN 978-3-7853-1831-7  
 Best.-Nr.: 3431831

€ 16,95



Constanze Gröger/Henrik Sinapius  
**Fröhliche Kinder – motorisch mit Musik gefördert**  
 12 lustige Mitmach-Lieder zum Turnen, Tanzen und Spielen  
 ISBN 978-3-7853-1745-7  
 Best.-Nr.: 3431745

€ 16,95



Elke Gulden/Bettina Scheer  
**Tanzen mit Grundschulkindern**  
 Mit Audio-CD  
 ISBN 978-3-7853-1926-0  
 Best.-Nr.: 3431926

€ 19,95





Manfred Stephan  
**Kleine Ballspielschule**  
 für Grundschul Kinder  
 ISBN 978-3-7853-1861-4  
 Best.-Nr.: 3431861 € 6,95



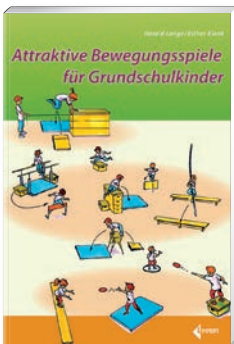
Klaus Moosmann  
**Erfolgreiche Koordinationsspiele**  
 178 Übungsformen für Schule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1951-2  
 Best.-Nr.: 3431951 € 12,95



Harald Lange  
**Grundschulsport**  
 Erfolgreiche Praxisideen in attraktiven Stundenbildern für die 3. und 4. Klasse  
 ISBN 978-3-7853-1872-0  
 Best.-Nr.: 3431872 € 9,95



Volker Döhring/Anja Lange  
**Kleine Pausen- und Freizeitspiele**  
 für drinnen und draußen  
 ISBN 978-3-7853-1864-5  
 Best.-Nr.: 3431864 € 5,95



Harald Lange/Esther Klenk  
**Attraktive Bewegungsspiele für Grundschul Kinder**  
 ISBN 978-3-7853-1889-8  
 Best.-Nr.: 3431889 € 14,95



Brigitte Glas  
**Spiel und Spaß für kleine Sportler**  
 30 abenteuerliche Bewegungsgeschichten für drinnen und draußen  
 ISBN 978-3-7853-1848-5  
 Best.-Nr.: 3431848 € 5,95



Volker Döhring  
**Kleine Spiele zum Beginn und Ende der Sportstunde**  
 ISBN 978-3-7853-1975-8  
 Best.-Nr.: 3431975 € 12,95



Yvonne Bechheim  
**Erfolgreiche Kooperationspiele**  
 Soziales Lernen durch Spiel und Sport  
 ISBN 978-3-7853-1940-6  
 Best.-Nr.: 3431940 € 12,95



Klaus Moosmann  
**161 kleine Aufwärmspiele**  
 ISBN 978-3-7853-1956-7  
 Best.-Nr.: 3431956 € 16,95



Klaus Moosmann/Monika Schellhaase

## Sportstunden erfolgreich organisieren und gestalten

Tägliche Herausforderungen souverän meistern

Lehrkräfte stehen im Sportunterricht häufig vor wiederkehrenden Fragen: Wie reagiere ich angemessen auf Störungen? Wie motiviere ich heterogene Gruppen? Wie gehe ich mit Kritik an der Benotung um und was mache ich, wenn Schülerinnen und Schüler ihre Sportsachen nicht dabei haben? Solchen und zahlreichen weiteren Herausforderungen nehmen sich Monika Schellhaase und Klaus Moosmann in diesem Buch professionell an. Mit erprobten Tipps und kreativen Ideen zeigen sie auf, wie diese klassischen Hürden des Sportunterrichts einfach zu bewältigen sind. Damit dient dieses Werk Studierenden, Berufsanfängern und fachfremden Lehrkräften einerseits als stressmindernde Einstiegshilfe, versteht sich andererseits aber auch als ein unverzichtbarer Ratgeber, der dazu beiträgt, dass alle, die Sport unterrichten, sich in der Praxis voll und ganz der Durchführung von erfolgreichen Sporteinheiten mit Kindern und Jugendlichen widmen können.

Klaus Moosmann/Monika Schellhaase

## Sportstunden erfolgreich organisieren und gestalten

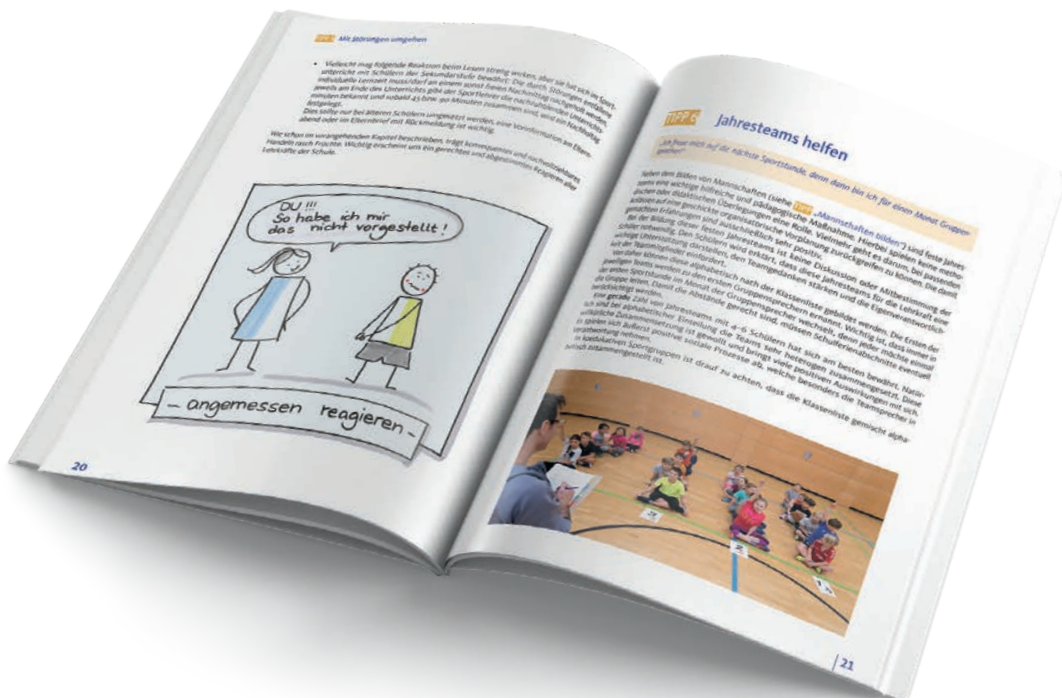
Tägliche Herausforderungen souverän meistern

112 S., 90 farb. Abb., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1966-6

Best.-Nr.: 3431966

€ 14,95





Klaus Moosmann

## Kleine Spiele für alle Altersgruppen

### Die Limpert-Spiele-Kartei

Lehrer, Übungsleiter und Trainer kennen diese Situation zur Genüge: Man benötigt schnell eine Übung oder ein Spiel, um die Klasse sinnvoll zu beschäftigen, eine Kollegin oder einen Kollegen zu vertreten oder eine Sportstunde im Verein zu gestalten oder situationsbedingt aufzulockern. Gut, wenn man dann die »Limpert-Spiele-Kartei« besitzt! Übersichtlich geordnet nach 13 Themenfeldern stehen jeweils 8 Spiele im raschen Zugriff. Sofort erkennbar durch ein farbiges Leitsystem sind dabei Schwierigkeitsgrad, Ausführungsort und die Zielsetzung. Jede Karteikarte enthält eine Spielbeschreibung mit Varianten sowie eine Information über das benötigte Material. Die Rückseite liefert eine selbsterklärende Ablaufskizze und lässt Raum für eigene Notizen. Der Lieferumfang enthält einen faltbaren Karteikasten zur Aufbewahrung der Karten, der noch Platz für selbst erstellte Karten bietet.

Klaus Moosmann

## Kleine Spiele für alle Altersgruppen

### Die Limpert-Spiele-Kartei

2. Aufl., 142 Karten, Stülpfachschachtel, Loseblatt-Kartonbögen, eingeschweißt mit Faltpapier, 10,5 x 10,5 cm (Karten)

ISBN 978-3-7853-1981-9

Best.-Nr.: 3431981

€ 24,95



Bein-Wierzbinski/Heidbreder-Schenk

## Konzentration und Körperhaltung erfolgreich fördern

### 47 Bewegungsspiele für zwischendurch

Viele Lernprobleme sind auf „unsichtbare Körperbremsen“ zurückzuführen. Deshalb haben Lehrerinnen und Lehrer vor allem an Förder- und Grundschulen lange auf ein solches Buch gewartet! Die von den Autorinnen entwickelten Bewegungsübungen helfen nämlich, wenn richtig eingesetzt, diese Blockaden zu lösen, was schon nach wenigen Wochen zu einer positiven Veränderung in der Körperwahrnehmung, Konzentrationsfähigkeit und der Feinmotorik bei vielen Schülern führt. Und das Wichtigste: Viele Übungen bedürfen keiner besonderen organisatorischen Vorbereitungen. Sie lassen sich im Klassenraum am Tisch oder im Stuhlkreis sitzend durchführen oder in der Turnhalle zum Auflockern und Aufwärmen einsetzen. Viel Wirkung also mit wenig Aufwand!

Bein-Wierzbinski/Heidbreder-Schenk

## Konzentration und Körperhaltung erfolgreich fördern

### 47 Bewegungsspiele für zwischendurch

2. überarbeitete Aufl., 104 S., 195 farb. Abb., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1978-9

Best.-Nr.: 3431978

€ 14,95







Klaus Moosmann (Hg.)  
**Das große Limpert-Buch der Kleinen Spiele**  
 525 Bewegungsspiele für Jung und Alt  
 ISBN 978-3-7853-1942-0  
 Best.-Nr.: 3431942 € 39,95



Swantje Scharenberg  
**Gerätturnen in der Schule**  
 Keine Angst vor Reck, Barren & Co.  
 ISBN 978-3-7853-1798-3  
 Best.-Nr.: 3431798 € 4,95



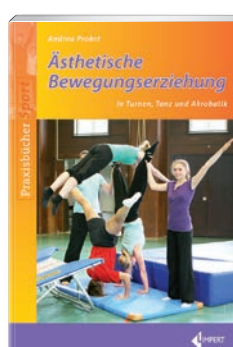
Reiner Theis  
**Abwechslungsreiche Gruppenspiele für jedes Alter**  
 Organisation • Durchführung • Ziele  
 ISBN 978-3-7853-1959-8  
 Best.-Nr.: 3431959 € 19,95



Sabine Hafner/Andreas Laube  
**Praxishandbuch Turnen**  
 Erfolgreiche Stundenbilder für Schule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1963-5  
 Best.-Nr.: 3431963 € 19,95



Harald Lange/Tobias Stür  
**Spiele für die Gruppe**  
 100 Stationskarten zur erfolgreichen Teambildung  
 ISBN 978-3-7853-1842-3  
 Best.-Nr.: 3431842 € 9,95



Andrea Probst  
**Ästhetische Bewegungserziehung**  
 in Turnen, Tanz und Akrobatik  
 ISBN 978-3-7853-1838-6  
 Best.-Nr.: 3431838 € 6,95



König/Memmert/Moosmann (Hgg.)  
**Das große Limpert-Buch der Sportspiele**  
 Regeln, Technik und Spielformen von Mannschafts- und Rückschlagspielen  
 ISBN 978-3-7853-1816-4  
 Best.-Nr.: 3431816 € 39,95



Stefan Eberherr/Thomas Loeffl  
**Das große Limpert-Buch der Zirkuskünste und Akrobatik**  
 Ein umfassendes Praxisbuch für Schule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1844-7  
 Best.-Nr.: 3431844 € 39,95



Antje Witting/Yvonne Dörken  
**Bewegte  
Konzentrationsförderung**  
100 neue und bewährte Übungen  
und Spiele  
ISBN 978-3-7853-1773-0  
Best.-Nr.: 3431773 € 4,95



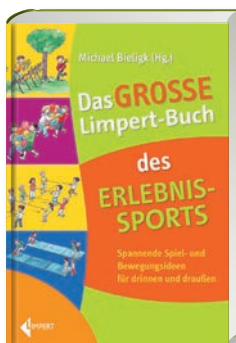
Michael Bieligg  
**Erlebnissport  
im Freien**  
Erfolgreiche Spiele und Übungen mit  
einfachem Gerät  
ISBN 978-3-7853-1843-0  
Best.-Nr.: 3431843 € 6,95



Clarissa Feth  
**Praxishandbuch Tanzen**  
Erfolgreiche Stundenbilder für Schule  
und Verein  
ISBN 978-3-7853-1906-2  
Best.-Nr.: 3431906 € 19,95



Uwe Scholz/Jochen Kucera/  
Peter Kolb  
**Hier bewegt sich was!**  
Sportartübergreifende Spiel- und  
Übungsformen für Kinder  
ISBN 978-3-7853-1765-5  
Best.-Nr.: 3431765 € 14,95



Michael Bieligg (Hg.)  
**Das GROSSE  
Limpert-Buch  
des  
ERLEBNIS-  
SPORTS**  
Spannende Spiel- und  
Bewegungsideen für drinnen  
und draußen  
ISBN 978-3-7853-1856-0  
Best.-Nr.: 3431856 € 19,95



Kristina Kaniber/Katharina Lutz  
**Erfolgreiche  
Inklusionsspiele**  
ISBN 978-3-7853-1958-1  
Best.-Nr.: 3431958 € 4,95



Michael Bieligg  
**Erlebnissport  
in der Halle**  
Erfolgreiche Spiele und Übungen mit  
einfachem Gerät  
ISBN 978-3-7853-1902-4  
Best.-Nr.: 3431902 € 14,95





Peter Kapustin/  
Tatjana Kapustin-Laufer  
**Ich will auch... wie Du!**  
Sport, Spiel und Spaß zusammen mit  
beeinträchtigten Kindern  
ISBN 978-3-7853-1758-7  
Best.-Nr.: 3431758 € 4,95



Anja Lange  
**Erfolgreiche Spiele für  
Rollen, Gleiten und Fahren**  
Fahrrad, Rollbrett, Inliner, Skateboard,  
Skier, Schlitten und Schlittschuhe  
ISBN 978-3-7853-1767-9  
Best.-Nr.: 3431767 € 4,95



Astrid Sepp  
**Schwer aktiv**  
Sport und Bewegung mit adipösen  
Kindern in 90 Stundenbildern  
ISBN 978-3-7853-1829-4  
Best.-Nr.: 3431829 € 4,95



Florian Krick/Christoph Walther  
**Parkoursport**  
Le Parkour & Freerunning für Schule  
und Verein  
ISBN 978-3-7853-1885-0  
Best.-Nr.: 3431885 € 5,95



Reiner Theis/Anja Lange (Hg.)  
**Das GROSSE Limpert-Buch  
des WINTERSPORTS**  
ISBN 978-3-7853-1916-1  
Best.-Nr.: 3431916 € 9,95

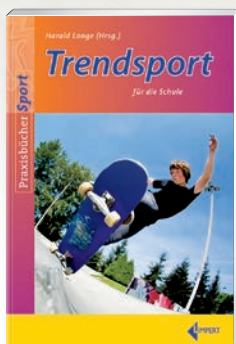


Harald Lange/Silke Sinning  
**Kämpfen, Ringen und  
Raufen**  
im Sportunterricht  
ISBN 978-3-7853-1974-1  
Best.-Nr.: 3431974 € 16,95



Daniel Hartz  
**Klettern in Schule, Freizeit  
und Verein**  
ISBN 978-3-7853-1884-3  
Best.-Nr.: 3431884 € 4,95

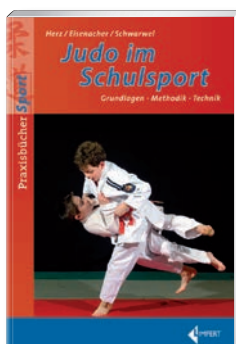




Harald Lange (Hrsg.)  
**Trendsport**  
für die Schule  
ISBN 978-3-7853-1709-9  
Best.-Nr.: 3431709 € 4,95



Yvonne Bechheim  
**Leichtathletik für Kinder**  
Spielerische Übungsformen zum  
Laufen, Springen und Werfen  
ISBN 978-3-7853-1841-6  
Best.-Nr.: 3431841 € 5,95



Herz/Eisenacher/Schwarwel  
**Judo im Schulsport**  
Grundlagen - Methodik - Technik  
ISBN 978-3-7853-1797-6  
Best.-Nr.: 3431797 € 6,95



Baschta/Lange/Pargätzi  
**Ausdauertraining in der Schule**  
ISBN 978-3-7853-1901-7  
Best.-Nr.: 3431901 € 7,95



Cornelia Moll/Diana Lang  
**Praxishandbuch Leichtathletik**  
Erfolgreiche Stundenbilder für Schule  
und Verein  
ISBN 978-3-7853-1957-4  
Best.-Nr.: 3431957 € 19,95



Jürgen Gießing  
**Muskeltraining mit Kindern und Jugendlichen**  
Altersgerechte Übungen und Spiele  
für Schule und Verein  
ISBN 978-3-7853-1948-2  
Best.-Nr.: 3431948 € 12,95



Waltraud Rosenfelder  
**Leichtathletik spielend lernen und trainieren**  
Attraktive Doppelstunden für alle Altersstufen  
ISBN 978-3-7853-1796-9  
Best.-Nr.: 3431796 € 6,95



Gerd Thienes

## Training der Bewegungskoordination in Schule und Verein

Eine Schulung der Bewegungskoordination ist auf allen Altersstufen und in sämtlichen Sportarten zentraler Bestandteil des Trainings. Dieses Buch stellt neben den theoretischen Grundlagen einen sportartübergreifenden methodischen Ansatz zum Koordinationstraining insbesondere mit Kindern und Jugendlichen in verschiedenen Handlungsfeldern vor, der an zahlreichen Beispielen exemplarisch ausgearbeitet wird. Das Buch wendet sich an Lehrkräfte im Fach Sport sämtlicher Schulformen, insbesondere auf den Jahrgangsstufen 1 bis 10 sowie Trainer im Kinder- und Jugendbereich. Die vielen Beispiele aus den verschiedenen Sportarten und Bewegungsfeldern stellen dabei keine fertigen Stundenbilder vor, sondern liefern methodische Werkzeuge und inhaltliche Bausteine für ein systematisches und zugleich vielseitiges Training der Bewegungskoordination in Schule und Verein.

Gerd Thienes

## Training der Bewegungskoordination in Schule und Verein

200 S., 185 farb. Abb., 12 Tab., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1910-9

Best.-Nr.: 3431910

€ 19,95

Gerd Thienes/Kathrin Randl

## Schnelligkeitstraining

Schnelligkeit ist mehr als nur sprinten. Die motorische Schnelligkeit stellt ein komplexes Bedingungsgefüge mit einer Vielzahl unterschiedlicher Einflussfaktoren dar. Schnelligkeit im Sport bedeutet, innerhalb kürzester Zeit zu reagieren oder Bewegungen zu vollziehen. Im Sport werden Anforderungen an ein schnelles Bewegen, Antizipieren, Wahrnehmen, Entscheiden und Handeln gestellt. Schnelligkeit ist entscheidend für alle Sportarten und Handlungsfelder, auf allen Leistungsniveaus und jeder Altersstufe. Neben den theoretischen Grundlagen werden in einem ausführlichen Praxisteil zahlreiche Trainingsmöglichkeiten vorgestellt, u. a. zur Schnellkraft und Schnelligkeitsausdauer. Die vielen Beispiele aus unterschiedlichen Sportarten und Bewegungsfeldern sind Bausteine für ein modernes, systematisches und erfolgreiches Training der motorischen Schnelligkeit in Schule und Verein.

Gerd Thienes/Kathrin Randl

## Schnelligkeitstraining

152 S., 126 farb. Abb., 13 Tab., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1923-9

Best.-Nr.: 3431923

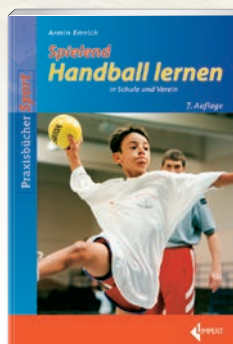
€ 19,95



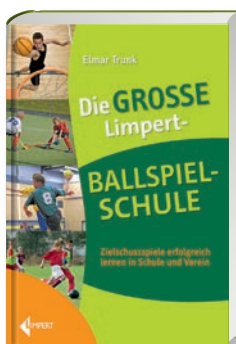




Martin Baschta  
**Mit Erfolg zum Großen Spiel**  
 145 erprobte Spiele und Übungen zu den technischen Grundfertigkeiten  
 ISBN 978-3-7853-1909-3  
 Best.-Nr.: 3431909 € 6,95



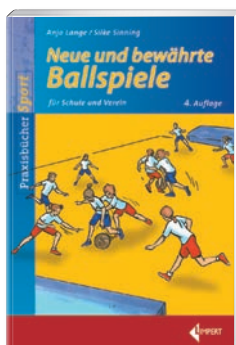
Armin Emrich  
**Spielend Handball lernen**  
 in Schule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1935-2  
 Best.-Nr.: 3431935 € 19,95



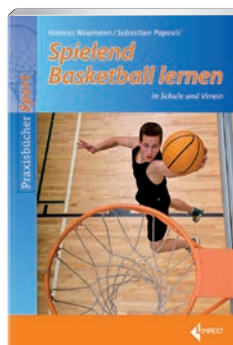
Elmar Trunk  
**Die große Limpert-Ballschule**  
 Zielschussspiele erfolgreich lernen in Schule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1866-9  
 Best.-Nr.: 3431866 € 9,95



Albrecht Binder/  
 Klaus Moosmann (Hg.)  
**Basketball in Stundenbildern**  
 ISBN 978-3-7853-1939-0  
 Best.-Nr.: 3431939 € 19,95



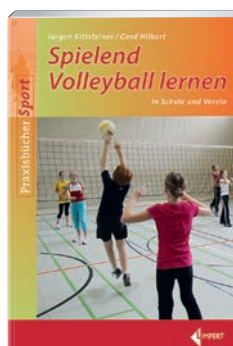
Anja Lange/Silke Sinning  
**Neue und bewährte Ballspiele**  
 für Schule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1949-9  
 Best.-Nr.: 3431949 € 16,95



Hannes Neumann/  
 Sebastian Popovic  
**Spielend Basketball lernen**  
 in Schule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1801-0  
 Best.-Nr.: 3431801 € 6,95



Steffen Greve/Frank Hamann/  
 Thomas Krüger  
**Handball in Stundenbildern**  
 ISBN 978-3-7853-1924-6  
 Best.-Nr.: 3431924 € 19,95

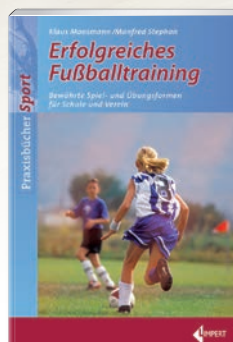


Jürgen Kittsteiner/Gerd Hilbert  
**Spielend Volleyball lernen**  
 in Schule und Verein  
 ISBN 978-3-7853-1837-9  
 Best.-Nr.: 3431837 € 16,95





Moosmann (Hg.)/Abt/Singrün/  
Philipp  
**Praxishandbuch Fußball**  
Erfolgreiche Stundenbilder für Schule  
und Verein  
ISBN 978-3-7853-1946-8  
Best.-Nr.: 3431946 € 19,95



Klaus Moosmann/Manfred Stephan  
**Erfolgreiches Fußballtraining**  
Bewährte Spiel- und Übungsformen  
für Schule und Verein  
ISBN 978-3-7853-1813-3  
Best.-Nr.: 3431813 € 4,95



Peter Lange  
**Fußball - Spielend vom  
Anfänger zum  
Leistungskicker**  
ISBN 978-3-7853-1774-7  
Best.-Nr.: 3431774 € 16,95



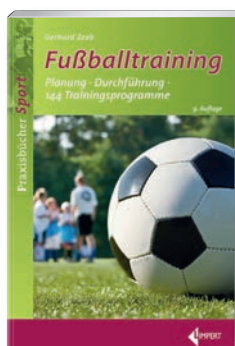
Harald Lange (Hg.)  
**Spielend Bälle spielen**  
144 praxiserprobte Übungen und  
Spiele zur Koordinationsschulung im  
Ballsport  
ISBN 978-3-7853-1870-6  
Best.-Nr.: 3431870 € 7,95



R. Theis/U. Frick/G. Wegmann  
**ABC des Fußballspiels**  
Ein Medienpaket für Schule und  
Verein  
ISBN 978-3-7853-1876-8  
Best.-Nr.: 3431876 € 4,95



Heike Ringat  
**Rückschlagspiele in  
Stundenbildern**  
ISBN 978-3-7853-1929-1  
Best.-Nr.: 3431929 € 19,95



Gerhard Zeeb  
**Fußballtraining**  
Planung - Durchführung -  
144 Trainingsprogramme  
ISBN 978-3-7853-1840-9  
Best.-Nr.: 3431840 € 9,95



Claus Mayr/Moritz Förster  
**Spielend Tischtennis lernen**  
in Schule und Verein  
ISBN 978-3-7853-1847-8  
Best.-Nr.: 3431847 € 16,95



Heike Ringat

## Tennis für Kinder und Jugendliche

### 28 attraktive Stundenbilder für Anfänger und Fortgeschrittene

Tennis ist bei Kindern und Jugendlichen nach wie vor beliebt und sollte von daher neben dessen Erlernen und Betreiben innerhalb der Vereine auch Bestandteil des Sportunterrichts sein. Die 28 in diesem Praxisbuch vorgestellten Stundenbilder bilden eine geeignete Basis für den systematischen Einstieg in dieses abwechslungsreiche und anspruchsvolle Rückschlagspiel. Im Mittelpunkt stehen dabei von Anfang an neben der Vermittlung der Grundtechniken (Vorhand, Rückhand, Volley, Aufschlag) vor allem die individuelle Spielfähigkeit und die Freude am Spiel. Die Stundenbilder sind übersichtlich aufgebaut und nach Schwierigkeitsgrad differenziert. Lehrer, Übungsleiter und Trainer sind somit in der Lage, Kindern und Jugendlichen jeden Alters das Tennisspielen so zu vermitteln, dass sich sowohl bei Anfängern als auch bei Fortgeschrittenen schnelle Erfolgserlebnisse einstellen.

Heike Ringat

## Tennis für Kinder und Jugendliche

### 28 attraktive Stundenbilder für Anfänger und Fortgeschrittene

2., erweiter. Aufl., 128 S., ca. 145 farb. Abb., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1991-8

Best.-Nr.: 3431991

€ 16,95

Kurt Wilke/Klaus Daniel

## Vom Nichtschwimmer zum Schwimmer

### schnell – erfolgreich – sicher

Dieses Buch hat die Aufgabe, Nichtschwimmer, ob Jung oder Alt, schnell zu sicheren Schwimmern zu machen. Hierbei geht es nicht um das Erlernen bestimmter Schwimmtechniken, sondern ausschließlich darum, sich erfolgreich im Wasser aufhalten und fortbewegen zu können. Die Autoren gehen dabei systematisch in drei Lernzielstufen vor, bei denen die Wassergewöhnung und die Wasserbewältigung im Vordergrund stehen, um Wasser zu einem vertrauten Element zu machen und auf späteres Springen, Tauchen, Ballspielen usw. vorzubereiten. Beim dritten Teil, der Fortbewegung im Wasser, geht es schließlich um das eigentliche Lernziel, nämlich sicher schwimmen zu können. Das Buch richtet sich sowohl an Lehrkräfte und Quereinsteiger der allgemeinbildenden Schulen als auch an Übungsleiter und Begleitpersonen in Schwimmkursen. Viele wichtige Übungen, insbesondere zur Wassergewöhnung, lassen sich aber auch zu Hause, z.B. am Waschbecken oder in der Badewanne, vorbereiten, sodass dieses Buch allen zu empfehlen ist, die in kurzer Zeit vom Nichtschwimmer zum Schwimmer werden wollen.

Kurt Wilke/Klaus Daniel

## Vom Nichtschwimmer zum Schwimmer

### schnell – erfolgreich – sicher

80 S., 110 farb. Abb., kart., 14,8 x 21 cm

ISBN 978-3-7853-1970-3

Best.-Nr.: 3431970

€ 9,95







Anja Lange  
**Praxishandbuch Schwimmen**  
Erfolgreiche Stundenbilder für Schule  
und Verein  
ISBN 978-3-7853-1900-0  
Best.-Nr.: 3431900 € 19,95



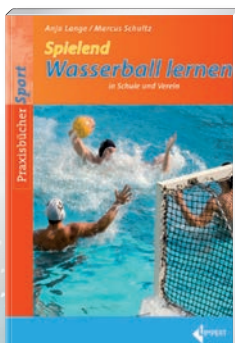
Martin Baschta/Carl Münzel  
**Schnorcheltauchen**  
Spiel- und Übungsformen für Schule  
und Verein  
ISBN 978-3-7853-1751-8  
Best.-Nr.: 3431751 € 4,95



Kurt Wilke (Hg.)  
**Das große Limpert-Buch der Wassersport-Spiele**  
Abwechslungsreiche Spiel- und  
Bewegungsideen für Jung und Alt  
ISBN 978-3-7853-1865-2  
Best.-Nr.: 3431865 € 16,95



Cornelia Bleul-Gohlke  
**Wassergymnastik**  
ISBN 978-3-7853-1795-2  
Best.-Nr.: 3431795 € 14,95



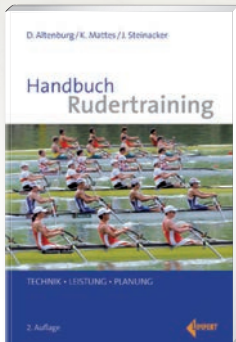
Anja Lange/Marcus Schultz  
**Spielend Wasserball lernen**  
in Schule und Verein  
ISBN 978-3-7853-1792-1  
Best.-Nr.: 3431792 € 4,95



Anja Lange/Silke Sinning  
**Spiele im Wasser**  
ISBN 978-3-7853-1836-2  
Best.-Nr.: 3431836 € 16,95







D. Altenburg/K. Mattes/J. Steinacker  
**Handbuch Rudertraining**  
Technik - Leistung - Planung  
ISBN 978-3-7853-1890-4  
Best.-Nr.: 3431890

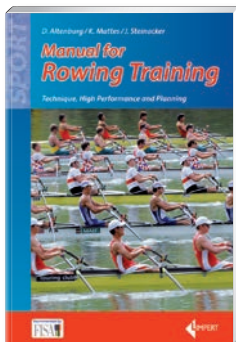
€ 39,95



Matthias Obinger  
**Fit im Kreis**  
Zeitgemäßes Zirkeltraining  
von 8 bis 80

ISBN 978-3-7853-1911-6  
Best.-Nr.: 3431911

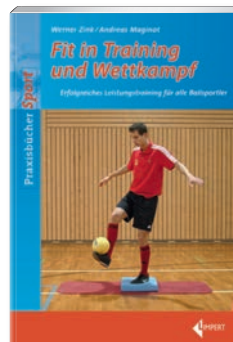
€ 6,95



D. Altenburg/K. Mattes/J. Steinacker  
**Manual for Rowing Training**  
Technique, High Performance and  
Planning

ISBN 978-3-7853-1828-7  
Best.-Nr.: 3431828

€ 24,95



Werner Zink/Andreas Maginot  
**Fit in Training und  
Wettkampf**

Erfolgreiches Leistungstraining für  
alle Ballspieler

ISBN 978-3-7853-1815-7  
Best.-Nr.: 3431815

€ 4,95



Klaus Moosmann  
**Turnierspielformen**  
Große Ereignisse im kleinen Spiel

ISBN 978-3-7853-1814-0  
Best.-Nr.: 3431814

€ 4,95



Yvonne Bechheim  
**Erfolgreicher Sportunterricht  
mit Trainingshilfen**

111 Beispiele für eine vielfältige  
Stundengestaltung

ISBN 978-3-7853-1799-0  
Best.-Nr.: 3431799

€ 4,95



Jürgen Gießing

## **Einfach fit!**

**Effektives Muskeltraining für zu Hause**

In diesem Buch werden Übungen vorgestellt, die es ermöglichen, auf einfache und wirkungsvolle Weise etwas für die Fitness zu tun. Hierfür müssen Sie weder ein spezielles Sportstudio aufsuchen, noch Hightech - Trainingsgeräte anschaffen. Benötigt werden lediglich Gegenstände, die in jedem Haushalt zu finden sind (Stuhl, Wand, Tisch etc.). Damit sind Sie jederzeit in der Lage, ein effektives Ganzkörper-Muskeltraining durchzuführen. Egal, ob in den eigenen vier Wänden oder auf Reisen: Ab sofort müssen Sie auf Ihr regelmäßiges Training nicht mehr verzichten. Mit den hier vorgestellten Übungen können Sie sich selbst auf kleinstem Raum Ihr ganz persönliches Trainingsprogramm zusammenstellen – von Einstiegsübungen für Anfänger bis hin zum Profitraining für Fortgeschrittene!

Jürgen Gießing

## **Einfach fit!**

**Effektives Muskeltraining für zu Hause**

104 S., ca. 60 farb. Abb., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1971-0

Best.-Nr.: 3431971

€ 14,95

Jürgen Gießing

## **HIT in der Turnhalle**

**Erfolgreiches Muskeltraining für Schule und Verein**

Das Hochintensitätstraining (HIT) ist die effizienteste Form des Muskeltrainings und lässt sich auch erfolgreich in jeder Turnhalle umsetzen. Mit den 43 in diesem Buch vorgestellten Turbo - Übungen werden alle Muskelgruppen gezielt trainiert. Dabei werden die Übungseinheiten durch geschickten Einsatz der vorhandenen Gerätschaften an den Leistungsstand der Übenden angepasst. Ergänzende Angaben zu Schwierigkeitsgrad, trainierter Muskulatur, beteiligter Hilfsmuskulatur, der benötigten Geräte sowie Sicherheitshinweise ermöglichen einen schnellen Einstieg ins Training. Das Buch ist besonders für Sportlehrer, Übungsleiter sowie Vereinssportler geeignet.

Jürgen Gießing

## **HIT in der Turnhalle**

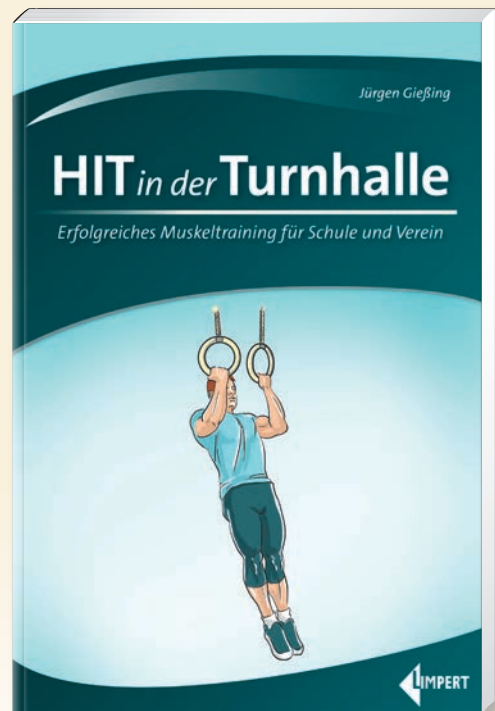
**Erfolgreiches Muskeltraining für Schule und Verein**

112 S., ca. 60 farb. Abb., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1968-0

Best.-Nr.: 3431968

€ 14,95







Yvonne Bechheim

## Schmerzfrei und beweglich durch Faszientraining

Faszien sind das Bindegewebe, welches jedes Organ und jeden Muskel umhüllt. Durch gezielte Übungen bleibt es intakt, der Körper ist beweglich, gelenkig und schmerzfrei. In diesem Buch werden praxiserprobte Übungen für ein erfolgreiches Faszientraining mit der Blackroll und dem Jumper vorgestellt, das der Ganzkörperfitness dient. Faszientraining ist des Weiteren zur Verletzungsprophylaxe geeignet und sorgt für Wohlbefinden. Für einen starken Rücken und flachen Bauch gibt es zusätzlich praktische Hinweise zum Training der Tiefenmuskulatur, meist unter Verwendung gängiger Kleingeräte wie Powerband oder Redondball.

Yvonne Bechheim

## Schmerzfrei und beweglich durch Faszientraining

2. Aufl., 104 S., 144 farb. Abb., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1988-8

Best.-Nr.: 3431988

€ 9,95

Raschka/Vogel/Edel/Möller

## 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.

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

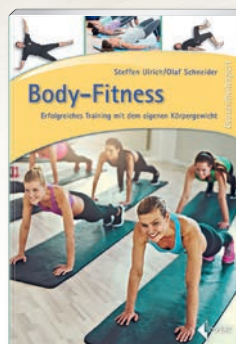
Best.-Nr.: 3431977

€ 14,95





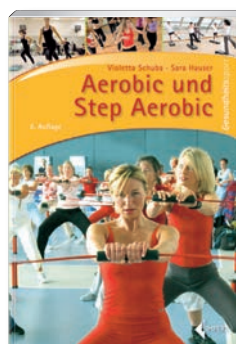
Redaktion *SportPraxis*  
**Die 100 besten Übungsleiter-Ideen**  
 für erfolgreiche Sportstunden mit allen Altersgruppen  
 ISBN 978-3-7853-1927-7  
 Best.-Nr.: 3431927 € 9,95



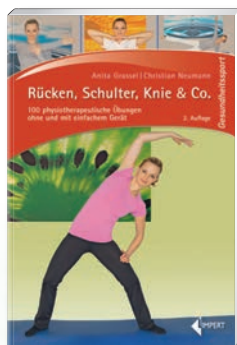
Steffen Ulrich/Olaf Schneider  
**Body-Fitness**  
 Erfolgreiches Training mit dem eigenen Körpergewicht  
 ISBN 978-3-7853-1928-4  
 Best.-Nr.: 3431928 € 6,95



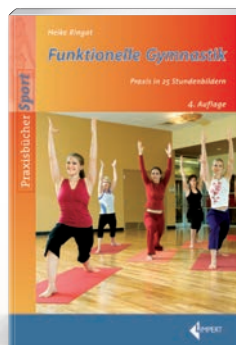
Heike Höfler  
**Atemgymnastik**  
 Mit 120 einfachen Übungen zu gesunder Atmung und neuem Wohlbefinden  
 ISBN 978-3-7853-1950-5  
 Best.-Nr.: 3431950 € 14,95



Violetta Schuba/Sara Hauser  
**Aerobic und Step Aerobic**  
 ISBN 978-3-7853-1869-0  
 Best.-Nr.: 3431869 € 4,95



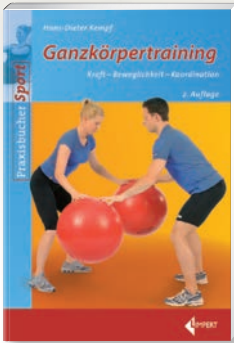
Anita Grassel/Christian Neumann  
**Rücken, Schulter, Knie & Co.**  
 100 physiotherapeutische Übungen ohne und mit einfachem Gerät  
 ISBN 978-3-7853-1955-0  
 Best.-Nr.: 3431955 € 16,95



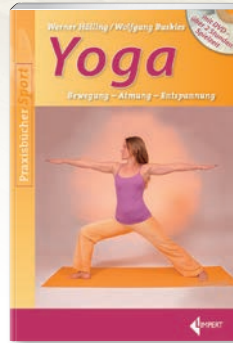
Heike Ringat  
**Funktionelle Gymnastik**  
 Praxis in 25 Stundenbildern  
 ISBN 978-3-7853-1936-9  
 Best.-Nr.: 3431936 € 16,95







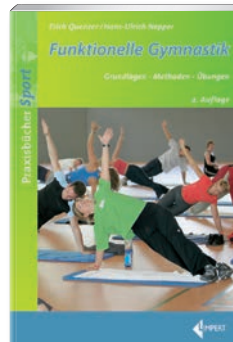
Hans-Dieter Kempf  
**Ganzkörpertraining**  
Kraft - Beweglichkeit - Koordination  
ISBN 978-3-7853-1879-9  
Best.-Nr.: 3431879 € 14,95



Werner Hölling/Wolfgang Buskies  
**Yoga**  
Bewegung - Atmung - Entspannung  
ISBN 978-3-7853-1734-1  
Best.-Nr.: 3431734 € 19,95



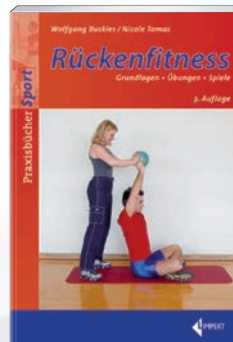
Christian Kunert  
**Vital & Gesund**  
Präventives Fitnesstraining  
ISBN 978-3-7853-1888-1  
Best.-Nr.: 3431888 € 4,95



Erich Quenzer/Hans-Ulrich Nepper  
**Funktionelle Gymnastik**  
Grundlagen - Methoden - Übungen  
ISBN 978-3-7853-1764-8  
Best.-Nr.: 3431764 € 19,95



Yvonne Bechheim  
**Gesundheitsbewusstes Krafttraining**  
ISBN 978-3-7853-1887-4  
Best.-Nr.: 3431887 € 4,95



Wolfgang Buskies/Nicole Tomas  
**Rückenfitness**  
Grundlagen - Übungen - Spiele  
ISBN 978-3-7853-1787-7  
Best.-Nr.: 3431787 € 14,95





Klaus Moosmann

## **Fit & Vital in jedem Alter**

**Das tägliche 15-Minuten-Wohlfühlprogramm**

An guten Ratschlägen, wie man sein Wohlbefinden steigern kann, gibt es gewiss keinen Mangel. Zumeist geht es um die gesunde Ernährung, das Vermeiden von negativem Stress oder Bewegungstipps, die sich üblicherweise auf Ausdauer und das Trainieren der Muskeln reduzieren oder den Besuch von Fitnessstudios erforderlich machen. Dieses Praxisbuch verfolgt einen anderen Ansatz, denn es sagt zunächst dem „inneren Schweinehund“ den Kampf an, da es keine Ausreden zulässt! Verbinden Sie an jedem Tag einfach ca. 15 Minuten lang Aktivitäten, die Sie ohnehin verrichten, mit Übungen aus den Bereichen Koordination, Beweglichkeit und Dehnfähigkeit. Zum Beispiel beim Zähneputzen: die ersten 30 Sekunden auf einem Bein, die zweiten auf dem anderen ... Bereits nach kurzer Zeit werden Sie erleben, welche positiven Auswirkungen das „tägliche 15-Minuten-Wohlfühlprogramm“ auf Körper, Geist und Seele hat und dieses Buch nicht mehr missen wollen.

Klaus Moosmann

## **Fit & Vital in jedem Alter**

**Das tägliche 15-Minuten-Wohlfühlprogramm**

ca. 144 S., ca. 250 farb. Abb., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1998-7

Best.-Nr.: 3431998

€ 14,95

Sommer 2022

H O M E

W O R K O U T





Jürgen Gießing

## Muskeltraining für Senioren

99 effektive Übungen für bleibende Fitness und Wohlbefinden

Ohne gezieltes Muskeltraining verliert der Mensch mit Beginn des 30. Lebensjahrs jährlich bis zu 3 % seiner Muskelsubstanz. Dieser schleichende und auf den ersten Blick kaum erkennbare Prozess summiert sich über die Jahre zu einem enormen Substanzverlust, der auch aus gesundheitlicher Sicht problematisch werden kann. Das vorliegende Buch beschreibt eine große Auswahl an geeigneten Übungen, die von Frauen und Männern ohne großen Aufwand und in vielen Fällen auch ohne spezielle Trainingsgeräte ausgeführt werden können. Neben der Darstellung und Beschreibung unterschiedlich schwieriger Übungen für jeden Körperteil enthält das Buch zahlreiche Hinweise für die sinnvolle Gestaltung geeigneter Trainingsprogramme sowie eine Kopiervorlage für eigene Trainingsprotokolle. Die 3. Auflage wurde um 21 Übungen erweitert, wodurch ein noch umfangreicheres, individuell gestaltetes Training ermöglicht wird. Zahlreiche isometrische Übungen erleichtern dabei den Einstieg in ein langfristig erfolgreiches Muskeltraining!

Jürgen Gießing

## Muskeltraining für Senioren

99 effektive Übungen für bleibende Fitness und Wohlbefinden  
3., erweiter. Aufl., 160 S., ca. 150 farb. Abb., kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1989-5

Best.-Nr.: 3431989

€ 14,95

Tina Pfitzner

## Sitzgymnastik für Senioren

Dieses Praxisbuch bietet eine Fülle von Anregungen zur Gestaltung eines abwechslungsreichen und vielfältigen Bewegungsprogramms speziell für Menschen im fortgeschrittenen Lebensalter, für die eine Teilnahme an Bewegungsangeboten, aufgrund verschiedenster Einschränkungen, oft nur im Sitzen möglich ist. Es richtet sich an Übungsleiterinnen, Trainerinnen, Pflegekräfte und all diejenigen, die in der sozial-pflegerischen Altenarbeit tätig sind. Die Übungsideen sind thematisch zugeordnet und an die Besonderheiten und Bedürfnisse dieser Zielgruppe angepasst.

Tina Pfitzner

## Sitzgymnastik für Senioren

2., durchgesehene Aufl., 112 S., 40 farb. Zeichnungen, kart., 16,5 x 24 cm

ISBN 978-3-7853-1994-9

Best.-Nr.: 3431994

€ 14,95





Redaktion *Der Übungsleiter*  
**Die 50 besten Übungsleiter-Ideen zum Seniorensport**

ISBN 978-3-7853-1952-9  
Best.-Nr.: 3431952

€ 9,95



Uta Engels  
**Sport für Neu- und Wiedereinsteiger ab 50**

ISBN 978-3-7853-1689-4  
Best.-Nr.: 3431689

€ 6,95



Tina Pfitzner  
**Bewegungsspiele für Senioren**

ISBN 978-3-7853-1938-3  
Best.-Nr.: 3431938

€ 14,95



Jürgen Gießing  
**Wie der Kater in den Muskel kommt**

Die 33 häufigsten Fragen und Antworten aus der Sportmedizin

ISBN 978-3-7853-1839-3  
Best.-Nr.: 3431839

€ 3,95



Marta Agoston  
**Aktiv für gesunde Knochen**

80 Übungen zur Osteoporose-Vorsorge mit Beckenbodentraining

ISBN 978-3-7853-1894-2  
Best.-Nr.: 3431894

€ 7,95







Stefan König/Michael Krüger (Hg.)

## Geschichte und Zukunft des Schulsports in Lehre und Praxis

SportPraxis-Sonderband anlässlich des 100-jährigen Jubiläums des Limpert Verlags

Schulsport und Sportunterricht haben in Deutschland eine lange Tradition, wurden sie doch bereits gegen Ende des 18. Jahrhunderts als Schulfach eingeführt. Der Jubiläumsband „Die Geschichte und Zukunft des Schulsports in Lehre und Praxis“ möchte diese großartige Entwicklung anlässlich des 100-jährigen Jubiläums (1921 - 2021) des Limpert Verlags unter dem Motto „Gestern - Heute - Morgen“ angemessen würdigen. Ausgehend von der Pädagogik der Aufklärung beschreiben namhafte Autorinnen und Autoren die wichtigsten Meilensteine der körperlichen Erziehung und des Sportes bis hin zu den Perspektiven des Schulsports im 21. Jahrhundert. Eingegangen wird dabei auch auf die herausragende Rolle der Sportlehrkräfte und die Veränderungen in ihrer Ausbildung sowie die besonderen Herausforderungen, die Integration, Inklusion und der gesellschaftliche Wandel mit sich bringen.

Stefan König/Michael Krüger (Hg.)

## Geschichte und Zukunft des Schulsports in Lehre und Praxis

SportPraxis-Sonderband anlässlich des 100-jährigen Jubiläums des Limpert Verlags

181 S., ca. 65 farb. u. s/w. Abb., geb., 21 x 28 cm

ISBN 978-3-7853-1992-5

Best.-Nr.: 3431992

€ 19,95

Ernst-Joachim Hossner/Stefan Künzell

## Einführung in die Bewegungswissenschaft

Kompetent, verständlich und kompakt gehen die Autoren dieses Lehrbuchs auf Fragen wie diese ein: Was ist Koordination? Wie funktioniert motorisches Lernen? Was ist beim Techniktraining zu beachten? Wie trainiert und unterrichtet man altersgemäß? Alle Themen, die für das Verstehen und das Lehren von sportlichen Bewegungen von Bedeutung sind, werden anschaulich behandelt und die dazugehörigen wissenschaftlichen Theorien, Befunde und Verfahren leicht nachvollziehbar dargestellt. Zahlreiche praktische Beispiele aus den verschiedensten Sportarten runden dieses neue Standardwerk ab und machen es damit unentbehrlich für Sportstudierende, Trainerinnen, Bewegungswissenschaftler und alle Sportlehrkräfte an weiterführenden Bildungseinrichtungen.

Ernst-Joachim Hossner/Stefan Künzell

## Einführung in die Bewegungswissenschaft

504 S., 188 farb. und s/w-Abb., kart., 16,5 x 23 cm

ISBN 978-3-7853-1849-2

Best.-Nr.: 3431849

€ 29,95





Hohmann/Lames/Letzelter/Pfeiffer

## Einführung in die Trainingswissenschaft

Sportliches Training hat sich in den zurückliegenden Jahren zum festen Bestandteil einer aktiven Lebensführung entwickelt. Es gehört mittlerweile zum „Lifestyle“ nahezu aller Generationen. Die stürmische Entwicklung des sportlichen Trainings als Teil der Alltagskultur hat natürlich auch Auswirkungen auf die Trainingswissenschaft. Andreas Hohmann, Martin Lames und Mark Pfeiffer legen das erste deutschsprachige Lehrbuch vor, das dem erweiterten Verständnis des sportlichen Trainings Rechnung trägt. Ausgehend von Überlegungen zu Methoden und Forschungsansätzen der Trainingswissenschaft betrachten sie daher neben dem „klassischen“ Anwendungsfeld des Leistungssports auch die Bereiche Schul-, Fitness-, Gesundheits- und Alterssport. Merksätze, Exkurse und Fragen zur Lernkontrolle strukturieren die Darstellung und erleichtern die Prüfungsvorbereitung. Für Sportstudierende, Dozenten, Trainer, Übungsleiter, Sportlehrer und Sportler.

Hohmann/Lames/Letzelter/Pfeiffer

## Einführung in die Trainingswissenschaft

7. überarbeitete Aufl., 424 S., 132 farb. Abb., 33 Tab., kart., 14,5 x 21,5 cm

ISBN 978-3-7853-1967-3

Best.-Nr.: 3431967

€ 19,95

Volker Scheid/Robert Prohl (Hgg.)

## Sportdidaktik

### Grundlagen – Vermittlungsformen – Bewegungsfelder

In den vergangenen Jahren hat die Sportdidaktik wesentliche Veränderungen und Entwicklungen erfahren, die eine grundlegende Neuausrichtung des Lehrstoffes erforderlich machten. Dieses Lehrbuch trägt dem Rechnung. Zunächst gehen die Herausgeber auf die Grundlagen einer zeitgemäßen Sportdidaktik ein und berücksichtigen dabei den aktuellen Stand der Fachdiskussion. Im zweiten Teil des Buches erfolgt durch ausgewiesene Autoren die konkrete Umsetzung in Form eines neu konzipierten „Erziehenden Sportunterrichts“. Dabei stehen die zentralen Bewegungsfelder der Lehrpläne für das Fach „Sport“, wie Leichtathletik, Schwimmen, Turnen, Rückschlagspiele oder Zweikampfsport, im Mittelpunkt.

Volker Scheid/Robert Prohl (Hgg.)

## Sportdidaktik

### Grundlagen – Vermittlungsformen – Bewegungsfelder

3., durchgesehene und korrigierte Aufl., 320 S., 51 farb. Abb., 20 Tab., kart., 14,5 x 21,5 cm

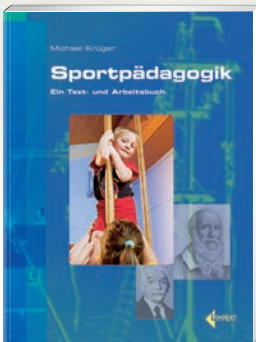
ISBN 978-3-7853-1995-6

Best.-Nr.: 3431995

€ 24,95







Michael Krüger  
**Sportpädagogik**  
Ein Text- und Arbeitsbuch  
ISBN 978-3-7853-1700-6  
Best.-Nr.: 3431700

€ 9,95



Gernot Tille/Martin Klein  
**Sportverletzungen - richtig erkennen und erstversorgen**  
Ein Leitfaden für Trainer, Übungsleiter und Betroffene  
ISBN 978-3-7853-1731-0  
Best.-Nr.: 3431731

€ 3,95



Wolfgang Menke  
**Einführung in die Sportorthopädie und -traumatologie**  
2. AUFLAGE  
ISBN 978-3-7853-1646-7  
Best.-Nr.: 3431646

€ 6,95



# SportPraxis

Die Fachzeitschrift für Schule und Verein



Ob Sie:

- **neue Ideen** für Ihre Schul- und Vereinsstunde
- komplette **Stundenbilder** zu allen Sportarten
- erfolgreiche und zeitgemäße **methodische** Konzepte
- aktuelle **Erkenntnisse** aus Sportpädagogik und -didaktik
- Hinweise zu **Tagungen, Kongressen** und **Workshops**
- **Rezensionen** zu neuen Fachbüchern  
und vieles mehr im modernen Layout suchen:

Mit der **SportPraxis** sind Sie immer auf dem neusten Stand!

Die **SportPraxis** erscheint pro Jahr in 6 Ausgaben und kostet im Abonnement € 65,00 (ermäßigt für Studenten/Referendare € 46,80).



Weitere Informationen  
finden Sie unter  
[www.sportpraxis.com](http://www.sportpraxis.com)





Redaktion *SportPraxis*  
**Sport mit Grundschulkindern**  
 Sonderheft 2021  
 ISBN 978-3-7853-1987-1  
 Best.-Nr.: 3431987 € 12,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Sport im Ganzttag**  
 Sonderheft 2017  
 ISBN 978-3-7853-1943-7  
 Best.-Nr.: 3431943 € 11,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Fit, clever & gesund im Schulalltag**  
 Sonderheft 2020  
 ISBN 978-3-7853-1976-5  
 Best.-Nr.: 3431976 € 12,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Inklusion im und durch Sport**  
 Sonderheft 2016  
 ISBN 978-3-7853-1932-1  
 Best.-Nr.: 3431932 € 11,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Digitale Medien im Sportunterricht**  
 Sonderheft 2019  
 ISBN 978-3-7853-1960-4  
 Best.-Nr.: 3431960 € 12,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Trends im Sport**  
 Sonderheft 2015  
 ISBN 978-3-7853-1921-5  
 Best.-Nr.: 3431921 € 11,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Spiele**  
 Sonderheft 2018  
 ISBN 978-3-7853-1954-3  
 Best.-Nr.: 3431954 € 12,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Spiele im Gelände**  
 Sonderheft 2014  
 ISBN 978-3-7853-1896-6  
 Best.-Nr.: 3431896

€ 9,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Koordinationslernen  
 in Schule und Verein**  
 Sonderheft 2010  
 ISBN 978-3-7853-1811-9  
 Best.-Nr.: 3431811

€ 3,00



Redaktion *SportPraxis*  
**Übungsleiter**  
 Sonderheft 2013  
 ISBN 978-3-7853-1882-9  
 Best.-Nr.: 3431882

€ 9,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Fitness in Schule und  
 Verein**  
 Sonderheft 2007  
 ISBN 978-3-7853-1760-0  
 Best.-Nr.: 3431760

€ 3,00



Redaktion *SportPraxis*  
**Runde Sache**  
 Sonderheft 2012  
 ISBN 978-3-7853-1868-3  
 Best.-Nr.: 3431868

€ 9,95



Redaktion *SportPraxis*  
**Fußball**  
 Sonderheft 2006  
 ISBN 978-3-7853-1722-8  
 Best.-Nr.: 3431722

€ 3,00



Redaktion *SportPraxis*  
**Abenteuersport**  
 Sonderheft 2011  
 ISBN 978-3-7853-1846-1  
 Best.-Nr.: 3431846

€ 3,00



Redaktion *SportPraxis*  
**On Tour**  
 Sonderheft 2005  
 ISBN 978-3-7853-1718-1  
 Best.-Nr.: 3431718

€ 3,00



# DIE GESCHICHTE DES LIMPert-VERLAGS

1921  
—  
2022

Im Jahre 1921 gründete der gelernte Buchdrucker und Buchhändler Wilhelm Limpert im Alter von 30 Jahren in Dresden eine Druckerei mit angeschlossenem Verlag: dem Limpert Verlag.

Der aktive Turner wählte sein Hobby, den Sport, als wesentliche Disziplin seines Verlages. Durch Qualität und geschickte Werbung erlangte das Unternehmen alsbald einen guten Namen, vor allem durch die Entwicklung methodischer Fachliteratur für Training und Wettkampf. Das Verzeichnis der Veröffentlichungen wuchs stetig und umfasste auch zahlreiche Zeitschriften wie die „Deutsche Turnzeitung“ (später „Deutsches Turnen“) oder Jahrbücher wie das „Fußball-Jahrbuch“. Das Unternehmen wuchs rasch. 1932, mitten in der tiefsten Weltwirtschaftskrise, wurde in Berlin ein zweites großes Druck- und Verlagshaus errichtet. Die Zahl der Mitarbeiter lag bei ca. 1.500.

Im Februar 1945 wurden beide Häuser durch Bombenangriffe zerstört.

1950 wagte Wilhelm Limpert in Frankfurt, in einem kleinen Büroraum, den Neuanfang. Ende der 1950er Jahre, er beschäftigte inzwischen 30 Mitarbeiter, war der Limpert Verlag wieder der bedeutendste Fachverlag für Sportpublikationen!

Seit 1986 ist der Limpert Verlag im Besitz von Gerhard Stahl und als eigenständiges Unternehmen Mitglied der „Verlagsgemeinschaft“, zu der, neben dem AULA-Verlag, auch der 1906 in Leipzig gegründete Quelle & Meyer Verlag gehört. Im Jahre 1999 folgte der Umzug nach Wiebelsheim/Hunsrück in ein neu errichtetes Verlagsgebäude. 2021 feierte der Limpert-Verlag sein 100-jähriges Bestehen.



**WIR VERMITTELN SPORT  
SEIT ÜBER 100 JAHREN**



W. Limpert



## Postanschrift:

Verlagsgemeinschaft  
c/o Limpert Verlag GmbH

Industriepark 3  
56291 Wiebelsheim  
vertrieb@limpert.de

## Ihre Ansprechpartner:

### Bestellannahme/ Abonnements:

**Britta Fellenzer**

Tel.: 06766/903-206, Fax: -320  
vertrieb@limpert.de

### Marketing/Vertrieb:

**Matthias Franke**

Tel.: 06766/903-220, Fax: -341  
franke@limpert.de

**Tamara Hippert**

Tel.: 06766/903-251, Fax: -341  
hippert@limpert.de

### Auslieferung Deutschland:

**HUMANITAS** Handelsgesellschaft mbH  
Industriepark 3  
56291 Wiebelsheim

### Auslieferung Schweiz:

**AVA Barsortiment**

## Vertretung Buchhandel:

### Deutschland

#### Jutta Becher-Castaldi

Bayern, Thüringen, Sachsen  
Viatisstrasse 64  
90480 Nürnberg  
Tel 0911-403198  
Fax 0911-406710  
Mobil 0172-8109045  
Jutta.Becher.VFV@t-online.de

#### Hans Rosenstengel

Baden-Württemberg, Hessen  
Stolzstrasse 8  
75175 Pforzheim  
Tel 07231-2988882  
Fax 07231-2988884  
Mobil 0171-7870659  
hans.rosenstengel@t-online.de

#### Arno Montiel

Berlin, Brandenburg, Bremen,  
Hamburg, Mecklenburg-  
Vorpommern, Niedersachsen,  
Sachsen-Anhalt, Schleswig-Holstein

Katrepeler Str. 37  
28215 Bremen  
Tel 0421-4374191  
Fax 0421-4374192  
Mobil 0172-9138545  
arno.montiel@t-online.de

#### Stefan Schmitz

Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz,  
Saarland, Luxemburg

Seelbacherstrasse 48a  
65510 Idstein  
Tel 06126-52403  
Fax 06126-3653  
Mobil 0171-2125324  
s.schmitz.verlagsvertretung@t-online.de

### Schweiz

#### Urs Freitag

Freitag Verlagsvertretungen  
Hellgasse 23  
6460 Altdorf (UR)  
Schweiz  
Tel +41 41 500 39 26  
Mobil +41 79 502 98 41  
info@ursfreitag.ch

[www.limpert.de](http://www.limpert.de)

Besuchen Sie uns auch auf:



[www.facebook.com/  
limpert.verlag](https://www.facebook.com/limpert.verlag)

[www.vereinteverlagsvertretungen.de](http://www.vereinteverlagsvertretungen.de)



[www.limpert.de](http://www.limpert.de)