

Trainer B Swiss Athletics - Liste ausgewählter zusätzlicher Literatur

Autor, Titel	Thema	Sprachen
Weineck Jürgen: Optimales Training. Leistungsphysiologische Trainingslehre unter besonderer Berücksichtigung des Kinder- und Jugendtrainings	Trainingslehre	D, F
Spahr Corinne, Mannhart Christoph: Müesli und Muskeln	Sporternährung	D
Strüder/Jonath/Scholz: Leichtathletik. Trainings- und Bewegungswissenschaft. Theorie und Praxis aller Disziplinen	Technik, Training	D
Killing Wolfgang u.a.: Jugendleichtathletik. Rahmentrainingsplan DLV. Mehrere Bände zu verschiedenen Disziplingruppen und Stufen.	Technik, Training	D
Autorenkollektiv BASPO: Manual Leistungsdiagnostik (PDF online) Link: Manual Leistungsdiagnostik.pdf	Leistungsdiagnostik	D, F, I
Autorenkollektiv BASPO: Fit für den Spitzensport (PDF online) Link: Fit für den Spitzensport.pdf	Karriereplanung	D, F, I?
Fuchser Isidor: Athletiktraining Langhantel. Vom Erwerb der Zubringer zum Aufbau der Langhantel-Basisübungen	Krafttraining Langhantel	D, F

Entraîneur B Swiss Athletics – Littérature complémentaire choisie

Auteur, titre	Thème	Éditeur
Weineck Jürgen : Manuel d'entraînement.	Théorie de l'entraînement	Vigot
Denis Riché : Alimentation pour le sportif en 80 questions	Alimentation du sportif	Vigot
Dr Stéphane Cascua et Véronique Rousseau : Alimentation pour le sportif	Alimentation, nutrition	Amphora
Swiss athletics : Les différentes brochures « Bulletin entraîneur »	Technique, entraînement	Swiss athletics
Collectif d'auteurs OFSPO avec swiss olympic : Manuel de diagnostic de performance (PDF online) Lien : Diagnostic de performance manual 160201_FR.pdf	Diagnostic de performance	OFSPO
Collectif d'auteurs OFSPO : Planification de carrière (PDF online) Lien : Swiss olympic profession et carrière	Planification de carrière Documents de swiss olympic à télécharger	OFSPO
Fuchser Isidor : Entraînement athlétique avec la barre d'haltères. De l'acquisition des préparatoires à la construction des exercices de base.	Entraînement de force avec barre d'haltères	Swiss athletics
Michael Boyle : Entraînement fonctionnel pour le sportif	Renforcement général	Amphora
Frédéric Aubert et Thierry Blancon Préparation physique	De l'école aux associations	Éditions EPS