

Studienarbeit aus dem Jahr 2013 im Fachbereich Sport - Bewegungs- und Trainingslehre, Note: 1,6, Deutsche Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement GmbH, Sprache: Deutsch, Abstract: Die vorliegende Person war das ganze letzte Jahr ohne nennenswerte Pause im Fitnessstudio und trainierte dort zwei Mal die Woche für 1 Stunde Ausdauer. Durch die gute Betreuung trainierte sie sehr systematisch nach einem guten Konzept. Zuletzt um die Grundlagenausdauer zu stabilisieren. Die Person ist 26 Jahre alt und wiegt 89 kg bei einer Körpergröße von 1,86 m. Dies ergibt durch die Berechnung des BMI einen Wert von 25,7. Für den durchschnittlichen Sportler im Fitness- und Gesundheitsbereich stellt der BMI einen relativ aussagekräftigen und leicht zu bestimmenden Faktor dar. Beim Fortgeschrittenen oder sogar Leistungssportler, der in der Regel über eine höhere anteilige Muskelmasse verfügt, ist der BMI nicht mehr so aussagekräftig da nur das Gesamtgewicht, jedoch nicht die Zusammensetzung des Körpers, d.h. das Verhältnis von Muskelmasse zu Körperfettmasse, in die Berechnung mit einfließt. Die Person befindet sich in einem schon gut trainierten Zustand mit überdurchschnittlichem Muskelanteil und kann daher anhand der Tabellen nicht eindeutig klassifiziert werden.

Collen: 200 Years of Building and Civil Engineering in Ireland: A History of the Collen Family Business, 1810-2010, MTTC Social Science High School, Art of the Ancient World, De Gids, Volume 15... (Dutch Edition), The 2007-2012 Outlook for Single-Web Film Specialty Bags, Pouches, and Liners in India, El principio de Pareto: Mejore la productividad y el éxito de su negocio con la regla del 80/20 (Gestión y Marketing) (Spanish Edition), The AA Guide to Lake District & Cumbria, 2007 FARS CD (Financial Accounting Research System),

[\[PDF\] Collen: 200 Years of Building and Civil Engineering in Ireland: A History of the Collen Family Business, 1810-2010](#)

[\[PDF\] MTTC Social Science High School](#)

[\[PDF\] Art of the Ancient World](#)

[\[PDF\] De Gids, Volume 15... \(Dutch Edition\)](#)

[\[PDF\] The 2007-2012 Outlook for Single-Web Film Specialty Bags, Pouches, and Liners in India](#)

[\[PDF\] El principio de Pareto: Mejore la productividad y el éxito de su negocio con la regla del 80/20 \(Gestión y Marketing\) \(Spanish Edition\)](#)

[\[PDF\] The AA Guide to Lake District & Cumbria](#)

[\[PDF\] 2007 FARS CD \(Financial Accounting Research System\)](#)

Hmm upload this Fachmodul Trainingslehre 2. Training mit einem 26-jährigen Kandidaten

inklusive Leistungseinstufung und Hollman-Venrath-Test (German Edition) pdf. Very thank to Archie Smith who share us a downloadable file of Fachmodul Trainingslehre 2. Training mit einem 26-jährigen Kandidaten inklusive Leistungseinstufung und Hollman-Venrath-Test (German Edition) with free. If you want the book, visitor should not post this ebook in hour web, all of file of pdf on elevatexperience.com hosted at therd party site. If you grab the pdf today, you must be save this pdf, because, I dont know while the ebook can be ready on elevatexperience.com. Click download or read now, and Fachmodul Trainingslehre 2. Training mit einem 26-jährigen Kandidaten inklusive Leistungseinstufung und Hollman-Venrath-Test (German Edition) can you get on your computer.