

Lexikon

[A](#)[B](#)[C](#)[D](#)[E](#)[F](#)[G](#)[H](#)[I](#)[J](#)[K](#)[L](#)[M](#)[N](#)[O](#)[P](#)[Q](#)[R](#)[S](#)[T](#)[U](#)[V](#)[W](#)[X](#)[Y](#)[Z](#)<#>

A

A-Junioren	Abduktion	Abduktoren
Absatzkick	Abschlag	Abseitsfalle
Adaptation	adaptieren	Adduktion
Adduktoren	Adenosintriphosphat	Adrenalin
aerob	aerobes Training	affektiv
Agonist	Aktin	Aktions-Schnelligkeit
aktives Aufwärmen	akute muskuläre Ermüdung	reakzeleriert
Alaktazid	anabol	anaerob
anaerobes Training	Anatomie	Antagonist
Antizipation	Antizipations-Schnelligkeit	antizipieren
Apathie	ATP	Aufbautraining
Aufstellung	Aufwärmen	Ausdauer
Auslaufen	Außenrist	Auswahlmannschaften
autogenes Training	auxotonische	Axon

Muskelspannung

B

B-Junioren	Ballführung	Ballkontrolle
Bänder	Beweglichkeit	Bewegungsbeschreibung
Biomechanik	Bundesliga	Burnout

C

C-Junioren	Cholesterin	chronisch-nervöse Ermüdung
Conconi-Test	Cool-Down	Cooper-Test

D

D-Junioren	deduktives Lernen	Deformität
Dendrit	Dextrose	DFB
Diagnose	Diastole	distal
Distorsion	Doping	

E

E-Junioren	Ebstein-Barr-Virus	Effektoren
einfache Kohlenhydrate	Elektrolyte	Elektromyographie
Empathie	endogen	Endorphine
Enzym	Epikondylitis	Ernährung

[Exkoration](#)

[exogen](#)

[Extension](#)

F

[F-Junioren](#)

[Faszie](#)

[Fehlpaß](#)

[Fett](#)

[Fitness](#)

[fixieren](#)

[Flutlicht](#)

[Folsäure](#)

[Foot](#)

[Fraktur](#)

[FT-Einheiten](#)

[Futsal](#)

G

[Gesundheit](#)

[glatte Muskulatur](#)

[Glukose](#)

[Glykogen](#)

[Glykolyse](#)

[Goalgetter](#)

[Grundlagentraining](#)

[Gruppentaktik](#)

H

[Hämatom](#)

[Hernie](#)

[Herzfrequenz](#)

[Herzminutenvolumen](#)

[Herzmuskulatur](#)

[Hinterlaufen](#)

[Histamin](#)

[Hygiene](#)

[Hyperlordose](#)

[Hypermobilität](#)

[Hyperthermie](#)

[Hypertrophie](#)

[Hypomobilität](#)

I

[Iliopsoas](#)

[Inch](#)

[Individualtaktik](#)

[induktives Lernen](#)

[Infiltration](#)

[Innervationsverhältnis](#)

[innervieren](#)

[Insulin](#)

[intermuskuläre
Koordination](#)

[International
Board](#)

[Intervision](#)

[intramuskuläre
Koordination](#)

[ischiocrurale
Muskelgruppe](#)

[isometrische
Muskelkontraktion](#)

[isometrische
Muskelspannung](#)

[isotonische
Getränke](#)

[isotonische
Muskelspannung](#)

K

[Knochenbruch](#)

[kognitiv](#)

[Kohlendioxyd](#)

[Kollagen](#)

[kollateral](#)

[Kompensationstrain
ing](#)

[komplexe
Kohlenhydrate](#)

[konditionionelleKonter
Eigenschaften](#)

[Kontraktion](#)

[kontralateral](#)

[Kontusion](#)

[Koordination](#)

[Korrelation](#)

[Kraft](#)

[Kraftausdauer](#)

[Kreatinphosphat](#)

[Kyphose](#)

L

[Laktat](#)

[Laktattoleranz](#)

[Laktazid](#)

[langfristig
muskuläre Ermüdung](#)

[Lauf-ABC](#)

[Lehrmethoden](#)

[Leistungstraining](#)

[Lernen](#)

[Lordose](#)

[Luxation](#)

M

Makrotrauma	Manndeckung	Mannschaftstaktik
Massage	Maximalkraft	Meniskus
Metabolismus	Mineralien	Mittel und Möglichkeiten
Motorik	motorisch-dynamischer Stereotyp	motorische Einheit
Muskelatrophie	Muskelfaser	Muskelfaserriß
Muskelkrampf	Muskelspindel	Muskelzerrung
muskuläre Dysbalancen	Myosin	

N

Neurophysiologie	nonverbale Kommunikation
----------------------------------	--

O

Orthopädie	Ounze	Ozon
----------------------------	-----------------------	----------------------

P

passives Aufwärmen	Patella	phasische Muskulatur
Physiologie	Physis	PI-Effekt
präventiv	Prellung	progressiv
Pronation	Protein	Pubertät

Q

[Quadriceps](#)

R

[Raumdeckung](#)

[Reaktions -
Schnelligkeit](#)

[Rehabilitation](#)

[Rekonvaleszent](#)

[Reliabilität](#)

[Reposition](#)

[retardiert](#)

[Rezeptor](#)

[Rotation](#)

[Ruhepuls](#)

[Ruptur](#)

S

[Sauerstoffschuld](#)

[Schnelligkeit](#)

[Schnellkraft](#)

[Sehnen](#)

[Seitenstechen](#)

[Selbstreflexion](#)

[Skelettmuskulatur](#)

[Sliding Tackle](#)

[Spielintelligenz](#)

[spinal](#)

[ST-Einheiten](#)

[Stereotypie](#)

[summierte
Wirksamkeit](#)

[Superkompensation](#)

[Supination](#)

[Sympathikotonie](#)

[Symptom](#)

[Synapse](#)

[Synchronisation](#)

[Synergisten](#)

[System](#)

[Systole](#)

T

[Tackling](#)

[Taktik](#)

[Technik](#)

[Techniktraining](#)

[Tetanus](#)

[Tetanusschutz](#)

[Thorax](#)

[tonische](#)
[Muskulatur](#)

[Tonus](#)

[Torschuß](#)

[Training](#)

U

[UEFA](#)

[unwillkürliche](#)
[Muskel](#)

V

[Vaskularisierung](#)

[vegetativ](#)

[vegetatives](#)
[Nervensystem](#)

[verbale](#)
[Kommunikation](#)

[Verstauchung](#)

[Viskosität](#)

[Vitalkapazität](#)

W

[Wahrnehmungs -](#)
[Schnelligkeit](#)

[willkürliches](#)
[Nervensystem](#)

[Wunde](#)

Y

[Yard](#)

Z

[Zentralnervensyste](#)

[m](#)

#

[Übertraining](#)

[ABCDEFGHIJ](#)[KLMNOPQRSTUVWXYZ](#)#