



Dimension

Fähigkeit

morpholog. & funktionelle Bedingungen

Diagnostik

Trainingsformen:

Kmax exzent.	Computer-tomographie	Kmax isometr. Exk	Biopsie	?	?	EMG ?
extensives Maximalkraft-training (Hypertrophie)		intramuskuläres Koordinations-training				reaktive Trainingsformen