

**PERAU
GYMNASIUM**



**SPORT UND
GESUNDHEIT**

Themenpool SGW 8.A 2019 SN

1. Allgemeine Trainingslehre – Krafttraining
2. Sportanatomie am Beispiel Knie
3. Ausdauertraining und Energiestoffwechsel
4. Sportbiologische Anpassungsreaktionen
5. Wirbelsäule – Volkskrankheit Nummer 1
6. Leistungsdiagnostik
7. Ernährung und Sport bei Jugendlichen und Erwachsenen
8. Doping
9. Schilaf in Österreich und Alpine Gefahren
10. Sportverletzungen
11. Geschichte des Sports – Olympische Spiele
12. Sport, Gesellschaft und Politik