

# Inhalt

	Seite
<b>Editorial</b> .....	7
<b>Lisa Riedel, Sebastian Vetter, Simon Knöbel &amp; Nanna Notthoff:</b> Die Rolle von körperlicher Aktivität für die physische Gesundheit, die kognitive Leistungsfähigkeit und das emotionale Erleben älterer Erwachsener: Ein Überblick für die Praxis .....	9
<b>Gerhard Kirchner:</b> Jenaer Interventionsstudien zur Fähigkeits- und Fertigkeitsentwicklung älterer Menschen .....	37
<b>Christian Kaczmarek, Markus Schwarz, &amp; Georg Wydra:</b> Beurteilung der Alltagsmobilität bei Erwachsenen: Validierung eines erweiterten Timed Up and Go Tests .....	61
<b>Andreas Speer, Heike Streicher, Hagen Wulff &amp; Petra Wagner:</b> Analyse motorischer Leistungsvoraussetzungen des Radfahrens bei Seniorinnen und Senioren (60+) .....	77
<b>Elisabeth Kaminski &amp; Madeleine Ordnung:</b> Gleichgewichtstraining im Alter – innovative Ansätze aus Sport- und Neurowissenschaften .....	91
<b>Stefan Reiß:</b> Die Wirkung von physiotherapeutischen Maßnahmen auf die posturale Stabilität von Patient_innen im mittleren und späteren Er- wachsenenalter .....	112
<b>Mandy Knoll, Peter Blaser, Anita Hökelmann &amp; Notger Müller:</b> Gedächtniserhalt durch körperliches Training: ein Vergleich von sporti- vem Tanz, Ausdauer- und Kraftsport sowie physischer Inaktivität .....	128
<b>Tobias Fleuren &amp; Anna Streber:</b> Demenzprävention durch regionale Strukturentwicklung für körperliche Aktivität - der GESTALT-kompakt- Ansatz .....	147
<b>Alexander Prinz, Kathrin Rehfeld, Carolin Mertens, Sabrina Blum, Nadine Krause, Tobias Ströer &amp; Kerstin Witte:</b> Entwicklung und Um- setzung eines musikbasierten Kraftausdauertrainings für Seniorinnen und Senioren mit Demenz .....	163

<b>Julia Albrecht, Freerk T. Baumann &amp; Joachim Wiskemann:</b> Erfassung der Versorgungsmerkmale von Krebsnachsorge-Sportgruppen in Nord- und Südbaden – Evaluation of cancer rehabilitation groups in North- and South Baden .....	179
<b>Vjenka Garms-Homolová:</b> Körperliche Aktivierung als wirksame Stra- tegie gegen Schlafstörungen im Alter .....	199
<b>Christine Philippsen &amp; Ilse Hartmann-Tews:</b> Selbstbilder zur körper- lichen Leistungsfähigkeit und sportliche Aktivität von älteren Frauen und Männern .....	214
 <b>Sonstiges: Würdigung</b>	
<b>Redaktion:</b> Langjähriger Chefredakteur wird in diesem Jahr 75 Jahre alt .....	231