

Litteraturlista SKK

Träningslära

Hallén, Ronglan. 2011. *Träningslära för idrotterna*. SISU Idrottsböcker

Bellardini, Tonkonogi. 2012. *Åldersanpassad fysisk träning för barn och ungdom*. SISU Idrottsböcker

Enqvist, Jonas. 2010. *Styrketräning – från lek till elitidrott*. SISU Idrottsböcker

Elphinston, Joanne. 2014. *Total stabilitetsträning för prestationsutveckling och skadeprevention*. SISU Idrottsböcker

Styfberg, Pierre. 2016. *Styrketräning*. SISU Idrottsböcker

Larsen F, Mattsson M. 2011. *Pulsträning*. SISU Idrottsböcker

Ledarskap

Kentää, Bentzen, Falk, Ström, Meckbach. 2016. *Utveckla ledarskapet*. SISU Idrottsböcker

Högberg, Kan-Ola. 2008. *Effektiv idrottsträning, rörelselära i teori & praktik*. SISU Idrottsböcker

Nygen, Håkan. 2005. *Karate – Tävlings och coaching*. SKK Webshop

Kost

Bergh, Kurt. 2013. *Nutrient Timing*. SISU Idrottsböcker

Anatomi

Wirhed, Rolf. 2014. *Biomekanik*. SISU Idrottsböcker

Wirhed, Rolf. 2014. *Anatomi med rörelselära och styrketräning*. SISU Idrottsböcker

Eng, Marcus. 2012. *Muskler – Anatomi och funktion*. SISU Idrottsböcker

Benkhe, Robert S. 2015. *Anatomi för idrotten*. SISU Idrottsböcker

Träningsplanering

Mattsson, Mikael. 2014. *Träningsplanering*. SISU Idrottsböcker

Idrottsskador

Karlsson J, Swärd L, Thomée R. 2011. *Nya Motions- och idrottsskador och deras rehabilitering*. SISU Idrottsböcker

Peterson L, Renström P. 2017. *Skador inom idrotten*. Columbus Förlag. SISU Idrottsböcker