

## LITERATUR

- [1] Achten, J. (2002). *Influence of exercise intensity and training on substrate utilization. A thesis to the School of Sport and Exercise Sciences*. University of Birmingham.
- [2] Akalan, C., Kravitz, L. & Robergs, R. A. (2004, Mai/Juni).  $VO_2$ max: Essentials of the most widely used test in Exercise Physiology. *ACSM Health and Fitness Journal*, 5-9.
- [3] American Heart Association (2000). Assessment of Functional Capacity in Clinical and Research Applications. *Circulation*, 102, 1591-1597.
- [4] American Heart Association (2003). Exercise and Heart Failure. *Circulation*, 107, 1210-1225.
- [5] Anker, S., Werdan, K. & Rüter, F. (2003). Der Patient mit chronischer Herzinsuffizienz. In K. Werdan, H.-J. Trappe & H.-R. Zerkowski (Hrsg.), *Das Herzbuch – praktische Herz-Kreislauf-Medizin* (S. 594-650). München: Urban & Fischer.
- [6] Åstrand, P.-O. & Rodahl, E. K. (1970). *Textbook of Work Physiology*. New York: Mc Graw-Hill.
- [7] Belardinelli, R., Georgiou, D. & Scocco, V. (1995). Low intensity exercise training on exercise capacity and gas exchange in patients with chronic heart failure. *J Am Coll Cardiol*, 26, 975-982.
- [8] Benner, K.-U. (1996). *Der Körper des Menschen*. Augsburg: Weltbild Verlag.
- [9] Bjarnason-Wehrens, B., Mayer-Berger, W., Meister, E. R., Baum, K., Hambrecht, R. & Gielen, S. (2004). Einsatz von Kraftausdauertraining und Muskelaufbautraining in der kardiologischen Rehabilitation – Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen e. V. *Zeitschrift für Kardiologie*, 93, 357-370.
- [10] Borodulin, K., Lakka, T., Laatikainen, T., Laukkanen, R., Kinnunen, H. & Jousilahti, P. (2004). Associations of self-rated fitness and different types of leisure time physical activity with predicted aerobic fitness in 5.346 Finnish adults. *Journal of Physical Activity and Health*, 1, 142-153.
- [11] Bouchard, C. & Rankinen, T. (2001). Individual differences in response to regular physical activity. *Med. Sci. Sports Exerc.*, 6, 446-451.
- [12] Brusis, O. A., Matlik, M. & Unverdorben, M. (2005). *Handbuch der Herzgruppenbetreuung*. Balingen: Spitta Verlag.
- [13] Church, T. S., Earnest, C. P. & Morss, G. M. (2002, September). Field testing of physiological responses associated with Nordic Walking. *Research quarterly for exercise and sport*, 73, 296-300.
- [14] Cowie, M. R., Mosterd, A. A., Wood, D. A., Deckers, J. W., Poole-Wilson, P. A., Sutton, G. C. & Grobbee, D. E. (1997). The epidemiology of heart failure. *Eur Heart J*, 18, 208-225.

- [46] Porcari, J. P., Hendrickson, T. L., Walter, P. R., Terry, L. & Walsko, G. (1997). The physiological responses to walking with and without Power Poles on treadmill exercise. *Research Quarterly for exercise and sport*, 68, 161-166.
- [47] Roschinsky, J. (2003). *Fatburning – Workout, Ausdauer, Ernährung*. Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- [48] Rost, R. (2001). *Lehrbuch der Sportmedizin*. Köln: Deutscher Ärzte Verlag.
- [49] Rost, R. (2005). *Sport und Bewegungstherapie bei inneren Erkrankungen*. Köln: Dt. Ärzteverlag.
- [50] Samitz, G. & Mensink, G. (2002). *Körperliche Aktivität in der Prävention und Therapie*. München: Hans Marseille Verlag.
- [51] Schiebel, F., Heitkamp, H.C., Thoma, A., Hipp, A. & Horstmann, T. (2003). Nordic Walking und Walking im Vergleich. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 54 (7/8), 43.
- [52] Schwarz, M., Schwarz, L., Urhausen, A., Ebersohl, A. & Kindermann, W. (2001). Vergleich des Beanspruchungsprofils beim Walking, Jogging und bei der Fahrradergometrie bei unterschiedlich leistungsfähigen Personen. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 52 (4), 136.
- [53] Shephard, R. J. & Balady, G. (1999). Exercise as cardiovascular therapy. *Circulation*, 99, 963-972.
- [54] Shvartz, E. & Reibold, R. C. (1990). Aerobic fitness norms for males und females aged 6 to 75 years: a review. *Aviat Space Environ Med*, 61, 3-11.
- [55] Stilgebauer, F., Reißnecker, S. & Steinacker, J. M. (2004). Herzfrequenzvorgaben für Ausdauertraining von Herzpatienten. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 10, 295-296.
- [56] Stoll, O. & Ziemainz, H. (2002). *Mentale Trainingsformen im Langstreckenlauf*. Butzbach-Griedel: Afra.
- [57] Tamminen, S., Laurinen, P. & Röning, J. (1999, Juni). *Comparing Regression Trees with Neural Networks in Aerobic Fitness Approximation, Proc of International ICSC Symposium on Advances in Intelligent Data Analysis*, in Rochester, New York, USA, pp. 414-419.
- [58] Tourpouzidis, A. (2004). Über die Problematik der Trainingssteuerung in der stationären kardiologischen Rehabilitation. *Bewegungstherapie und Gesundheitssport*, 20, 18-21.
- [59] Väinämö, K., Mäkikallio, T., Tulppo, M. & Röning, J. (1998, Mai): *A Neuro-Fuzzy Approach to Aerobic Fitness Classification: a multistructure solution to the context-sensitive feature selection problem*. Proc. WCCI '98, in Anchorage, Alaska, USA, pp. 797-802
- [60] Väinämö, K., Nissilä, S., Mäkikallio, T. Tulppo, M. & Röning, J. (1996, Juni): *Artificial Neural Networks for Aerobic Fitness Approximation, International Conference on Neural Networks (ICNN '96)*, pp. 1939-1944.

- [61] Veltman, J. A. & Gaillard, A.W.K. (1993). Indices of mental workload in a complex task environment. *Neuropsychobiology*, 28, 72-75.
- [62] Weber, K. T., Janicki, J. S. & McElroy, T. P. (1987). Determination of aerobic capacity and the severity of chronic cardiac and circulation failure. *Circulation*, 76 (Suppl VI), VI40-VI45.
- [63] Wollring, U. (2005). *Gymnastik im Herz- und Alterssport*. Aachen: Meyer und Meyer Verlag.
- [64] [www.neuro24.de](http://www.neuro24.de)
- [65] [www.destatis.de/basis/d/gesu/gesutab8.htm](http://www.destatis.de/basis/d/gesu/gesutab8.htm)

- [15] Demopoulos, L., Bijou, R. & Fergus, I. (1997). Exercise training in patients with severe congestive heart failure: Enhancing peak aerobic capacity while minimizing the increase in ventricular wall stress. *J Am Coll Cardiol*, 29, 597-603.
- [16] Denk, H., Pache, D. & Schaller, H.-J. (2003). *Handbuch Alterssport*. Schorndorf: Hofmann Verlag.
- [17] Erdmann, E. (2003). *Herzinsuffizienz – Ursachen, Pathophysiologie und Therapie*. Stuttgart: Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.
- [18] European society of Cardiology (2000). Recommendations for exercise training in chronic heart failure patients. *European Heart Journal*, 22, 125-135.
- [19] Gielen, S. & Hambrecht, R. (2003). Chronische Herzinsuffizienz: Schonung oder Training? *Cardiovasc*, 2, 22-26.
- [20] Güth, V. & Schröter, J. (1998). Die beim Gehen auftretenden Momente und Kräfte. In J. Wiemeyer (Hrsg.), *Der Gang des Menschen – multidisziplinär betrachtet* (S. 14-18). Schriftenreihe des Instituts für Sportwissenschaft der Technischen Universität Darmstadt.
- [21] Hautala, A. J., Mäkikallio, T. H., Kiviniemi, A., Laukkanen, R. T., Nissilä, S., Huikuri H. V. & Tulppo, M. P. (2003). Cardiovascular autonomic function correlates with the response to aerobic training in healthy sedentary subjects. *Am J Physiol Heart Circ Physiol*, 285, H1747-H1752.
- [22] Hoff, P., Jaenicke, J. & Miram, W. (1985). *Biologie heute 2 G*. Hannover: Schrödel Verlag.
- [23] Hollmann, W. & Hettinger, T. (2000). *Sportmedizin – Grundlagen für Arbeit, Training und Präventivmedizin*. Stuttgart: Schattauer Verlag.
- [24] Hottenrott, K. & Zülch, M. (2004). *Ausdauertrainer Radsport*. Reinbek: Rowohlt.
- [25] Hottenrott, K. & Zülch, M. (2004). *Ausdauertraining, Fitness und Gesundheit*. Reinbek: Rowohlt.
- [26] Hottenrott, K. & Urban, V. (2004). *Das große Buch vom Skilanglauf*. Aachen: Meyer & Meyer.
- [27] Hottenrott, K. & Zülch, M. (2003). *Ausdauertrainer Laufen*. Reinbek: Rowohlt.
- [28] Hottenrott, K., Lauenroth, A. & Schwesig, R. (2004). Einfluss eines 8wöchigen Walkingtrainings auf die HRV bei über 60jährigen. In K. Hottenrott (Hrsg.), *Herzfrequenzvariabilität im Fitness- und Gesundheitssport* (S. 191-197). Hamburg: Czwalina.
- [29] Hottenrott, K. (2002). Grundlagen zur Herzfrequenzvariabilität und Anwendungsmöglichkeiten im Sport. In Hottenrott, K. (Hrsg.), *Herzfrequenzvariabilität im Sport – Prävention, Rehabilitation und Training* (S. 9-26). Hamburg: Czwalina.
- [30] Hottenrott, K. & Vestweber, K. (2002). Einfluss einer speziellen Entspannungs- und Konzentrationstechnik (Freeze-Frame®) auf Parameter der Herzfrequenzvariabilität. In K. Hottenrott (Hrsg.), *Herzfrequenzvariabilität im Sport – Prävention, Rehabilitation und Training* (S. 141-156). Hamburg: Czwalina.

- [31] Kaplan, N. M., Devereaux, R. B. & Miller, H. S. (1994). Systemic hypertension. *Med Sci Sports Exerc*, 26, 268-270.
- [32] Laukkanen, R. & Hynninen, E. (eds.) (1997). *Guide for the UKK Institute 2-km Walking Test*. UKK Institute, 5th rev. ed., Tampere.
- [33] Laukkanen, R., Kukkonen-Harjula, K., Oja, P., Rasanen, M. & Vuori, I. (2000) Prediction of change in maximal aerobic power by the 2-km Walk Test after walking training in middle-aged adults. *Int J Sports Med*, 20, 113-116.
- [34] Laukkanen, R. (2005). *Inhalte und Prinzipien des Keeps U Fit Own Trainings-Programms in Polar Herzfrequenz-Messgeräten*. Unveröff. Manuskript.
- [35] Leon, A. S., Casal, D. & Jacobs, D.R. Jr. (1996). Effects of 2000 kcal per week of walking and stair climbing on physical fitness and risk factors for coronary heart disease. *Journal of Cardiopulmonary Rehabilitation*, 16, 183-192.
- [36] Lipponen, S., Mäkikallio, T., Tulppo, M. & Rönig, J. (1998, März). *Finding Structure in Fitness Data. Proceedings of the Second International Conference on the Practical Application of Knowledge Discovery and Data Mining (PADD98) in London, UK*, pp. 101-109.
- [37] Lipponen, S., Väinämö, K., Mäkikallio, T., Tulppo, M. & Rönig, J. (1997, Mai). *Approximating Aerobic Fitness With Neural Networks Applying PCA, Proceedings of 1997. Finnish Signal Processing Symposium (Finsig'97)*, Tampere University of Technology, Pori School of Technology and Economics, Pori, Finland, pp. 158-162.
- [38] Meyer, K. & Foster, C. (2003). Muskelaufbau im Zentrum des kardiovaskulären Trainings. *Dt. Zeitschrift für Sportmedizin*, 55, 70-74.
- [39] Meyer, K. (2000). Neue Aspekte zum körperlichen Training bei chronischen Herzinsuffizienz. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin*, 51 (9), 286-289.
- [40] Mosterd, A. (1998). Epidemiology of Heart failure: contours of an impending epidemic?. *Netherlands J of Med*, 53, 235-244.
- [41] Mück-Weymann, M. (2004). Anwendung der Herzfrequenzvariabilitätsmessung in Medizin und Psychologie. In K. Hottenrott (Hrsg.), *Herzfrequenzvariabilität im Fitness- und Gesundheitssport* (S. 55-64). Hamburg: Czwalina
- [42] Neumann, G., Pfützner, A. & Hottenrott, K. (2000). *Alles unter Kontrolle: Ausdauer-sport*. Aachen: Meyer & Meyer.
- [43] Neumann, G. & Hottenrott, K. (2002). *Das große Buch vom Laufen*. Aachen: Meyer & Meyer.
- [44] Niebauer, J., Hambrecht, R., Marburger, C., Hauer, K., Velich, T., von Hodenberg, E. & Schlierf, G., Kubler, W. & Schuler, G. (1995). Impact of intensive physical exercise and low fat diet on collateral vessel formation in stable angina pectoris and angiographically confirmed coronary artery disease. *Am J Cardiol*, 76, 771-775.
- [45] Penzlin, H. (1996). *Lehrbuch der Tierphysiologie*. Jena: Fischer Verlag.