

LITTERATURLISTA

Hälsopromotion - Personlig träning, i teori och praktisk tillämpning 15 högskolepoäng H0011H

Health promotion - Personal training, in theory and practical application

Litteraturlista antagna: Höst 2023 Lp 1 - Vår 2024 Lp 4

**BESLUTSDATUM
2014-02-14**

Obligatorisk kurslitteratur:

Hallén, J. & Ronglan, L.T. (senaste upplagan). Träningslära för idrotterna. Stockholm: SISU idrottsböcker
Thomeé, R., Augustsson J., Wernbom, M. & Augustsson, S., & Karlsson, J. (senaste upplagan) Styrketräning för idrott, motion och rehabilitering. Stockholm: SISU Idrottsböcker

Referenslitteratur:

Matsson, M. (2014). Träningsplanering. Stockholm: SISU idrottsböcker
Andersson, G. (senaste upplagan) Nya konditionstest på cykel. Stockholm: SISU Idrottsböcker
Behnke, R. (senaste upplagan), Fakta om rörelseapparaten, Anatomi för idrotten. Stockholm: SISU Idrottsböcker
Brülde, B.(2011). Folkhälsoarbetets etik. Lund: Studentlitteratur
Clark, M., Sutton, B. & Lucett, S. (senaste upplagan) NASM Essentials of personal fitness training. Burlington: Jones & Bartlett Learning

Examinator

Glenn Hall