

# Biologische Grundlagen

- Adaptation
- Superkompensation
- Mobilisationsschwelle
- Reizstufenregel
- Funktionszustandsregel

**Kahoot!**

Kahoot: Adaption und Superkompensation

## Superkompensation

## Mobilisationsschwelle

[sport](#), [sport-theorie](#)

From:

<https://herr-zimmerer.de/> - **herr-zimmerer.de**

Permanent link:

<https://herr-zimmerer.de/doku.php/open:biologische-grundlagen?rev=1512298250>

Last update: **2017/12/03 11:50**

