

スポーツ関係者必備！運動と栄養に関するすべてを網羅！！

カラー

スポーツ・運動栄養学大事典

健康生活・医療に役立つ

必備

【著】マッカードル / F.カッチ / V.カッチ 【監訳】井川正治 / 中屋 豊

●B5判・並製・488頁 ◆8,500円

- ▶三大栄養素、微量栄養素についての概説に始まり、栄養の吸収と消化、エネルギー代謝、運動時のエネルギー、試合のための食事管理、運動時の水分補給、サプリメントの効果、身体組成の評価、ウェイトコントロール、運動中毒や摂食障害まで、運動と栄養に関するすべてを網羅する。
- ▶身体と栄養の関係を理解し、運動の効果を上げていくための知識が満載。
- ▶各章にはCASE STUDY、BOXが適宜、配され、CASE STUDYでは、「糖尿病の実態」「高脂血症」「オーバークース障害」「メタボリックシンドロームの識別」「減量のための運動処方」など、健康と運動、栄養に関する興味深いトピックを取り上げる。
- ▶BOXでは「骨粗しょう症のリスク因子」「酵素の働き」「食習慣の改善」など、本文に即した補足的なデータをコンパクトにまとめ、理解を助ける。



カラー 運動生理学大事典

健康・スポーツ現場で役立つ理論と応用

【著】V.カッチ他 【監訳】田中喜代次 / 西平賀昭 / 征矢英昭 / 大森 肇 ●B5判・648頁 ◆9,800円

運動と栄養の関係、エネルギー消費、各器官系・ホルモンとの関連、加齢、臨床への応用まで、運動生理学のすべてを網羅。



女性・スポーツ大事典

子どもから大人まで課題解決に役立つ

【編著】スタウロウスキー 【日本語版監修】宮下充正 ●A5判・384頁 ◆5,500円

女性スポーツの歴史、生理学はもとより、性的問題、ハラスメント、加齢、障がい者スポーツ、学校や組織での問題などを網羅。



ガードナー 臨床スポーツ心理学ハンドブック

【著】ガードナー他 【監訳】佐藤 寛 / 金井嘉宏 / 小堀 修 ●B5判・244頁 ◆4,800円

国際的な権威の代表作にして世界標準！スポーツに臨床心理学の科学と実践を応用した新しい試み。理論、研究、実践に関する情報を首尾一貫した理論モデルとして提示。



スポーツ心理学大事典

【編】シンガー / ハウゼンプラス / ジャネル 【監訳】山崎勝男 ●B5判・808頁 ◆12,000円

国際スポーツ心理学会公認！スポーツ心理学における諸領域を幅広くカバー。モデリング、自己効力感、精神生理学、集団凝集性、イメージトレーニング、自信の増強などを網羅。



ランニング医学大事典

評価・診断・治療・予防・リハビリテーション

【編】オコナー / ワイルダー 【監訳】福林 徹 / 渡邊好博 ●B5判・640頁 ◆9,500円

全てのスポーツの基本、ランニングで見られる医学的問題と、その対応を網羅。応急的な処置から予防も含めてランニング障害を検討する。泌尿器・循環器系などの内科的問題も詳述。



ニューロメカニクス 身体運動の科学的基盤

【著】ロジャー・M・エノーカ 【総監訳】鈴木秀次 ●B5判・344頁 ◆5,500円

運動の解体新書！バイオメカニクスと神経生理学を統合した新しい研究分野「ニューロメカニクス」により、ヒトの身体運動のしくみを多角的に解説する。スポーツ指導者、研究者必携の書。



スプリント学ハンドブック

すべてのスポーツパフォーマンスの基盤

日本スプリント学会 編集 ●B5判・180頁 ◆3,500円

なぜ100m走で9秒台が出せたのか。日本のトップで活躍してきたコーチが、科学的知見(理論)と指導現場(実践)に即したかたちで詳述。



カラー版 マイヤーズ心理学

D.マイヤーズ 著 村上郁也 訳 ●B5判・716頁 ◆9,500円

科学的心理学の全体像がわかる新バイブル！身近な例を多用し、基礎心理学、応用心理学の基本を習得できる。カラー写真・イラストを満載。



米国スポーツ・コーチングの第一人者による好評書！！

カラー版 スポーツ・コーチング学

指導理念からフィジカルトレーニングまで

【著】R・マートン 【監訳】大森俊夫 / 山田 茂
【訳】伊藤友記 / 荒木香織 / 平田智秋 / 佐々木敏 / 沼澤秀雄
伊藤博一 / 和田英治 / 後藤勝正 / 藤本浩一 / 野川春夫
安光達雄 / 渡辺泰弘 / 高橋季絵

米国で初版10万部、改題2版40万部売れた好著。選手を育てるために指導者が知っておくべき理念と、その実践法を紹介する。体罰やドーピング問題に揺れるスポーツ界を立て直すために、指導者必読の書。また、教育の本来のあり方を考える上で、あらゆるジャンルの教育者に読んでもらいたい。



●B5判・376頁 ◆3,900円



西村書店

〒102-0071 東京都千代田区富士見2-4-6 ☎03-3239-7671 Fax.03-3239-7622
www.nishimurashoten.co.jp

※価格は税別