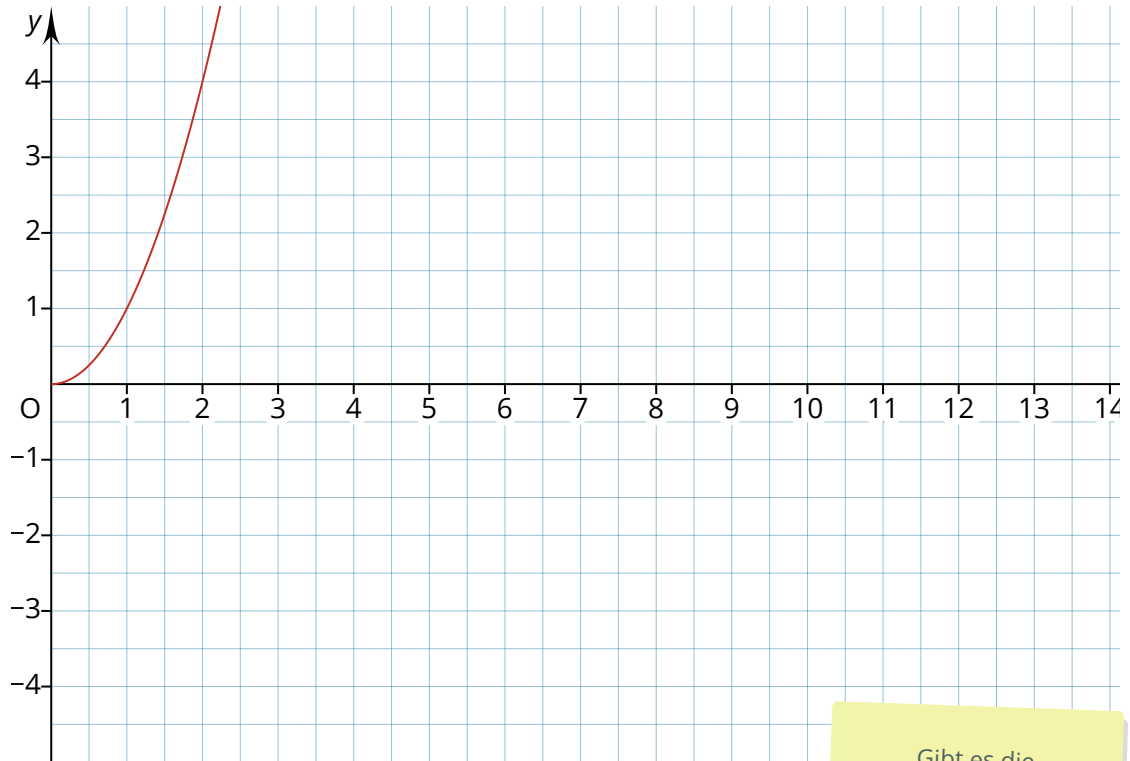


① Bearbeite die folgenden Teilaufgaben zum Modell der Superkompensation:

- Zeichne die Kurve der Leistungsfähigkeit nach einem Trainingsreiz in das Koordinatensystem ein.



- Beschrifte in der Skizze die einzelnen Phasen.
- In welcher Phase sollte der nächste Trainingsreiz gesetzt werden?

Gibt es die Superkompensation überhaupt?

