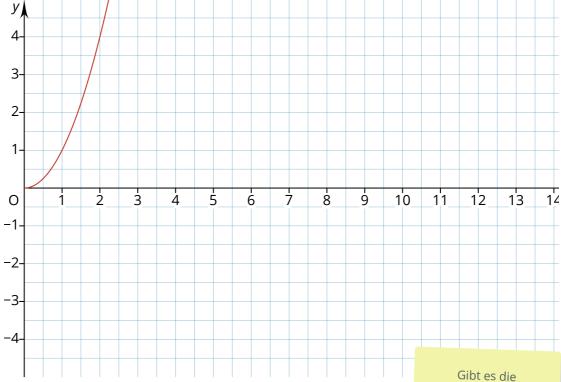
- ① Bearbeite die folgenden Teilaufgaben zum Modell der Superkompensation:
 - Zeichne die Kurve der Leistungsfähigkeit nach einem Trainingsreiz in das Koordinatensystem ein.



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

Superkompensation überhaupt?

