



Friedrich Hainbuch (Autor)

**Die Verbesserung der Vitalkapazität der Lunge in
Folge eines gezielten moderaten, halbjährigen
Ausdauertrainings.**

Zugleich ein Beitrag zur Geroprophylaxe zur Steigerung der
Alltagskompetenz 60-70-jähriger bislang untrainierter
Menschen

Friedrich Hainbuch

**Die Verbesserung der Vitalkapazität der Lunge
in Folge eines gezielten moderaten, halbjährigen
Ausdauertrainings.**

Zugleich ein Beitrag zur Geroprophylaxe zur Steigerung der
Alltagskompetenz 60-70-jähriger bislang untrainierter Menschen



Cuvillier Verlag Göttingen

<https://cuvillier.de/de/shop/publications/2645>

Copyright:

Cuvillier Verlag, Inhaberin Annette Jentsch-Cuvillier, Nonnenstieg 8, 37075 Göttingen,

Germany

Telefon: +49 (0)551 54724-0, E-Mail: info@cuvillier.de, Website: <https://cuvillier.de>

3.3.2	Bedeutung der Body-Plethysmographie	69
3.4	Methodik der Studie	75
3.4.1	Probandensuche, -screening und -auswahl	76
3.4.2	Studienprotokoll	80
3.4.3	Equipment und Messungen	81
3.4.4	Statistische Verfahren	92
3.5	Ergebnisse	92
3.5.1	Ergebnisse der Frauen	92
3.5.1.1	<i>Deskriptive Statistik der Frauen</i>	93
3.5.1.2	<i>T-Test</i>	94
3.5.1.3	<i>Korrelationen</i>	94
3.5.2	Ergebnisse aller Männer	95
3.5.2.1	<i>Deskriptive Statistik aller Männer</i>	95
3.5.2.2	<i>T-Test</i>	95
3.5.2.3	<i>Korrelationen</i>	96
3.5.3	Weitere medizinische Auswirkungen	96
3.5.4	Auswirkungen auf das Selbstbild der Probanden	97
3.6	Ergebnisdiskussion	98
3.6.1	Stichprobenanalyse	99
3.6.2	Einzelfallanalyse	101
3.7	Zusammenfassung	101
4	Literaturverzeichnis	102
5	Abbildungen und Tabellen	125
6	Anhang Tabellen 1-3	126