

YÜZME SPORUNA BİLİMSEL BAKIŞ

Editör

Bülent TURNA

© Copyright 2020

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi A.Ş.'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığının bandrolü ile satılmaktadır.

ISBN

978-605-258-932-8

Kitap Adı

Yüzme Sporuna Bilimsel Bakış

Editör

Bülent TURNA

Yayın Koordinatörü

Yasin Dilmen

Sayfa ve Kapak Tasarımı

Akademisyen Dizgi Ünitesi

Yayıncı Sertifika No

25465

Baskı ve Cilt

Sonçağ Matbaacılık

Bisac Code

SPO043000

DOI

10.37609/akya.1040

GENEL DAĞITIM

Akademisyen Kitabevi A.Ş.

Halk Sokak 5 / A

Yenişehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

İÇİNDEKİLER

- 1. BÖLÜM** Sağlıklı Yaşam ve Yüzme 1
Gürhan SUNA
- 2. BÖLÜM** Yüzmede Gelişim ve Olgunlaşma11
Erdal TAŞGIN
- 3. BÖLÜM** Yüzme ve Enerji Sistemleri.....37
Gürcan ÜNLÜ
Tolga TEK
Alparslan KARTAL
- 4. BÖLÜM** Yüzmede Direnç Antrenmanları.....47
Tunay DİLİCAN
Barış BAYDEMİR
- 5. BÖLÜM** Yüzme ve Sürantrenman.....61
Bülent TURNA
- 6. BÖLÜM** Yüzücü Sakatlıkları ve Korunma75
Kenan İŞILDAK
- 7. BÖLÜM** Yüzme Sporunda Performans
ve Ölçüm Yöntemleri91
Barış BAYDEMİR
- 8. BÖLÜM** Yüzmede Ergojenik Yardımcılar 105
Mahmut ALP