

Schlicht / Schott

Körperlich aktiv altern

Das Buch referiert den Forschungsstand zur Wirkung von körperlicher Aktivität auf das Altern. Ein körperlich aktives Leben trägt zum Gelingen des Alterns bei. Nicht nur das motorische und physiologische, sondern auch das kognitive Leistungsvermögen wird durch Aktivität stabilisiert, und einmal eingetretene Verluste können durch Alltagsaktivität und gezielte Aktivität wettgemacht werden.



24,95 €

23,32 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

Artikelnummer: 9783779915737

Medium: Buch

ISBN: 978-3-7799-1573-7

Verlag: Juventa Verlag GmbH

Erscheinungstermin: 13.05.2013

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 1. Auflage 2013

Serie: Grundagentexte

Gesundheitswissenschaften

Produktform: Kartoniert

Gewicht: 311 g

Seiten: 192

Format (B x H): 151 x 228 mm

