

SPORT.

GESUNDHEIT.

WISSENSCHAFT.

**MEYER
& MEYER
VERLAG**

40 JAHRE

**INKLUSIVE
SCHULBUCH UND
REGIONALIA**

FRÜHJAHR 2024

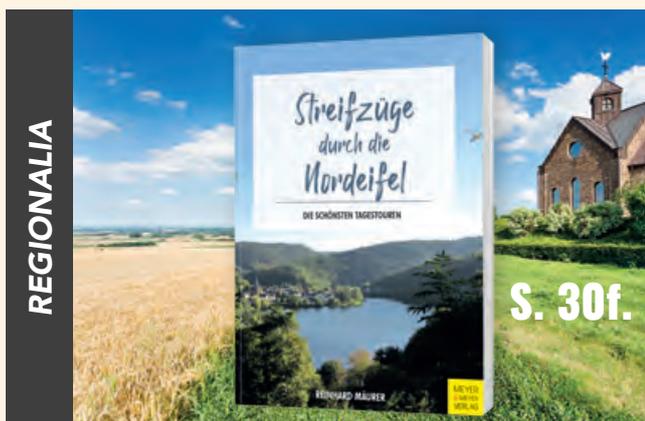
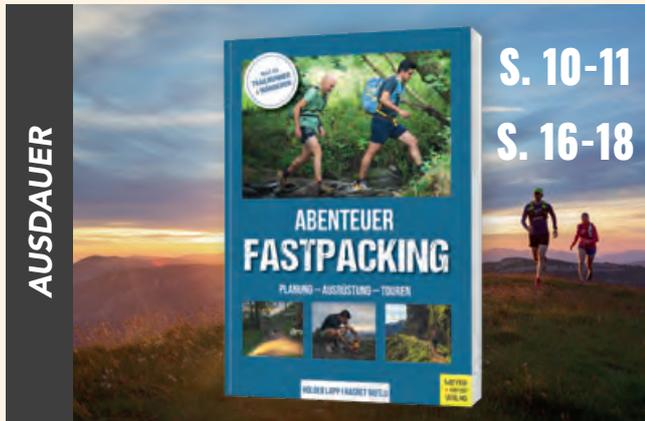
JANUAR 2024 – JUNI 2024

**MEYER
& MEYER
VERLAG**



**DIE KOMPETENZ IM SPORT
SEIT 40 JAHREN**

Inhalt



The background of the entire page is a vibrant blue gradient, overlaid with several large, glowing golden balloons and a shower of golden confetti. The balloons are of various sizes and are scattered across the upper and middle portions of the frame. The confetti consists of small, irregular golden pieces that appear to be falling or floating. The overall effect is celebratory and festive.

40 JAHRE

MEYER & MEYER VERLAG

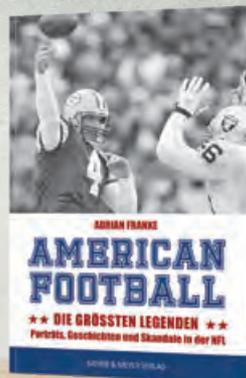
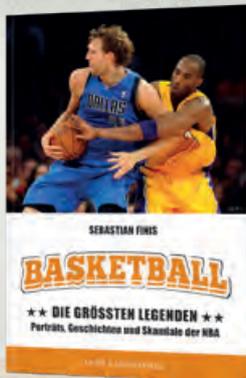
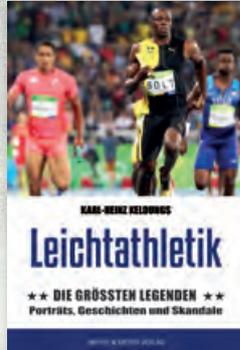
1984 – 2024

MEYER & MEYER VERLAG – SPORT. UNSERE LEIDENSCHAFT: SEIT 40 JAHREN STEHEN WIR FÜR EXPERTENWISSEN VON RENOMMIERTEN AUTOR*INNEN, IN ZUSAMMENARBEIT MIT NAMHAFTEN SPORTVERBÄNDEN. OB SPORTLER*IN ODER TRAINER*IN: BEI UNS FINDET JEDER DAS FACHBUCH, DAS IHN BEWEGT.



*40 JAHRE EXPERTENWISSEN ...
40 JAHRE FACHBUCH SPORT ...
40 JAHRE BÜCHER FÜR DIE REGION ...
40 JAHRE KOOPERATION MIT VERBÄNDEN UND VEREINEN ...
40 JAHRE ZUSAMMENARBEIT MIT WISSENSCHAFT UND FORSCHUNG ...
40 JAHRE WELTWEITER LIZENZVERKAUF ...*

JUBILÄUMSAKTION FÜR ALLE SPORTFANS



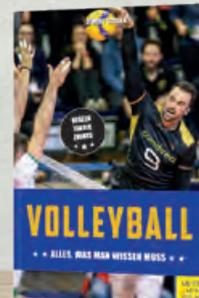
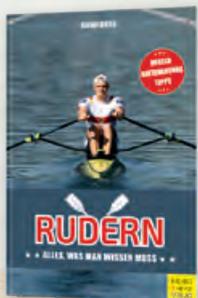
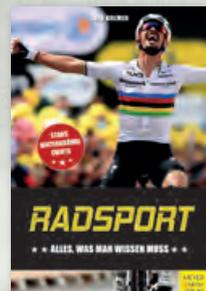
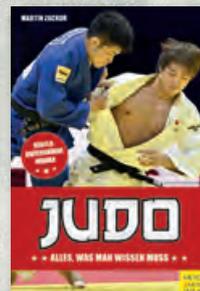
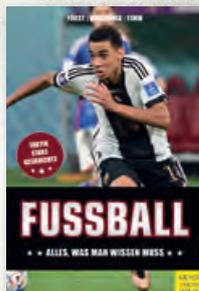
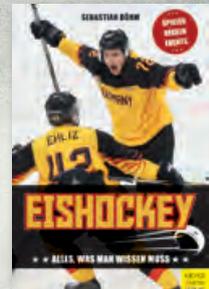
Leichtathletik: Die größten Legenden
ISBN 978-3-8403-7906-2 € [D] 22,00 – € [A] 22,70
Golf: Die größten Legenden
ISBN 978-3-8403-7873-7 € [D] 22,00 – € [A] 22,70

Radsport: Die größten Legenden
ISBN 978-3-8403-7860-7 € [D] 22,00 – € [A] 22,70
Basketball: Die größten Legenden
ISBN 978-3-8403-7740-2 € [D] 19,95 – € [A] 20,60

American Football: Die größten Legenden
ISBN 978-3-8403-7664-1 € [D] 19,95 – € [A] 20,60

FRAGEN SIE UNSEREN AUSSENDIENST NACH DEN ATTRAKTIVEN JUBILÄUMSKONDITIONEN

JUBILÄUMSAKTION FÜR ALLE SPORTFANS



Badminton – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7684-9 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Baseball – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7859-1 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Basketball – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7696-2 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Darts – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7728-0 € [D] 14,95 – € [A] 15,40

Eishockey – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7693-1 € [D] 14,95 – € [A] 15,40

Fussball – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7905-5 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Golf – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7786-0 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Handball – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7918-5 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Judo – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7897-3 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Radsport – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7802-7 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Rudern – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7737-2 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Rugby – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7647-4 € [D] 14,95 – € [A] 15,40

Tennis – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7745-7 € [D] 14,95 – € [A] 15,40

Volleyball – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7741-9 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

Ein Roadtrip durch Körper und Seele

Der Journalist und ambitionierte Freizeitsportler Axel Rabenstein qualifiziert sich unverhofft für die Ironman® 70.3 WM 2023 in Lahti, Finnland. In dem nun vor ihm liegenden Jahr möchte er sich bestmöglich darauf vorbereiten.

Seit einiger Zeit musste er jedoch feststellen, dass er nicht mehr die Leistung erbringen kann, die er immer erbracht hat und auch weiterhin erbringen möchte. Er wird von Verletzungen und Unsicherheiten geplagt. Er ist körperlich und mental erschöpft.

Sehr ehrlich und mit viel Humor geht der Autor mit seinen bisherigen Verhaltensweisen und seinem sportlichen Ehrgeiz ins Gericht und fragt sich, wie man als ambitionierter Sportler mit dem Leistungsverlust im Alter umgehen kann.

Auf seiner Reise durch Körper und Seele trifft er Wissenschaftler und ehemalige Leistungssportler und fragt diese um Rat.

Interviews

- » Prof. Dr. Ingo Froböse: Prof. an der DSHS Köln, Bestsellerautor
- » Prof. Dr. Daniel Erlacher, Psychologe und Sportwissenschaftler an der Universität Bern
- » Prof. Dr. Asker Jeukendrup, Sporternährungsexperte an der Loughborough University
- » Großmeister Shi Yong Chuan, ranghöchster Shaolin-Mönch Europas
- » Felix Gottwald: österreichischer Olympiasportler (Nord. Kombination)
- » Timothy Olson: amerikanischer Ultraläufer
- » Ivica Kostelić : kroatischer Skirennläufer
- » Robby Naish: amerikanischer Surfer und mehrmaliger Weltmeister im Windsurfen
- » Hanspeter Eisendle: Bergführer aus Südtirol
- » Mark Allen: amerikanischer Triathlet
- » Sebastian Copeland: Polarforscher und Extremsportler

Über den Autor



Nach einem Volontariat an der Axel Springer Journalistenschule berichtete der Autor als Parlamentskorrespondent für Außen- und Sicherheitspolitik aus Berlin und weltweiten Krisengebieten. Seit 2004 ist er als freier Journalist und kreativer Textdesigner tätig.

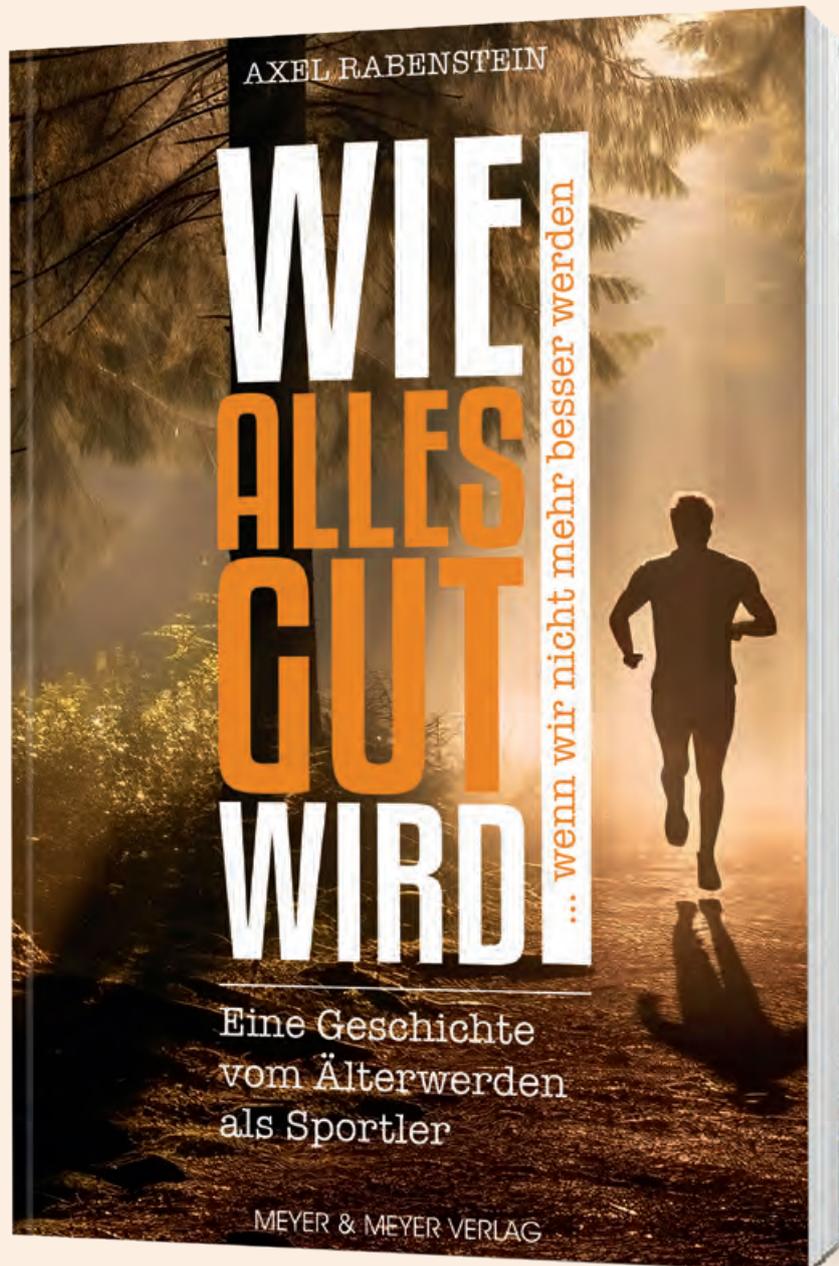
Axel Rabenstein ist begeisterter Hobbysportler – betreibt Triathlon, Windsurfen, Wellenreiten, Snowboarden und mehrere Kampfsportarten.

Sein erstes Buch „Heldenstoff“ fand bei der Presse und im Handel großen Anklang.



Älter werden als Sportler

Axel Rabenstein
 Wie alles gut wird ...
 wenn wir nicht mehr
 besser werden
 Ca. 288 Seiten
 Ca. 30 Fotos, in s/w
 Paperback, 13,6 x 20,5 cm
 ISBN 978-3-8403-7894-2
 € [D] 20,00 – € [A] 20,60
 WG 480



- + Älter werden im Sport – ein bisher unbehandeltes Thema
- + Die persönlichen Erfahrungen des Autors – humorvoll und ehrlich
- + Mit Interviews mit renommierten Gesundheits- und Sportprofis, z. B. Prof. Dr. Ingo Froböse

Das erste Buch zum Fastpacking

Abenteuer Fastpacking ist das erste Buch zum Fastpacking – einer Kombination aus Trailrunning und ultraleichtem Backpacking. Es vereint die Elemente Wandern und Laufen in Verbindung mit Camping und Trekking.

Das Buch vermittelt allgemeine Informationen zum Thema und beantwortet die wichtigsten Fragen: Wie fange ich an? Was benötige ich? Was muss ich beachten? Wo finde ich Strecken und Plätze?

Das Thema „Ausrüstung“, das immer wieder Fragen aufwirft bei Neulingen, behandelt das Buch sehr umfangreich, da es für das Fastpacking weitaus mehr als Laufbekleidung und Laufschuhe bedarf.

Darüber hinaus teilen die Autoren ihre bisherigen Erfahrungen und stellen Touren vor, die sie selbst absolviert haben. Dabei stellen sie stets den Abenteuercharakter des Fastpackings in den Vordergrund.

Blick ins Buch



Über die Autoren



Holger Lapp fand mit 20 Jahren seine Liebe zum Trailrunning, dem Laufen in der Natur. Diese Leidenschaft führte ihn auf zum Teil sehr lange Distanzen durch die unterschiedlichsten Landschaften und Gebirge. In den letzten Jahren fand er im Fastpacking seine zweite sportliche Leidenschaft, bei der er lange Distanzen mit einem tollen Naturerlebnis verbinden kann.

Hasret Mutlu entdeckte bei einem Landschaftslauf in der Eifel seine Faszination für das Trailrunning. Über das Trailrunning und den Ultralauf kam er zum Fastpacking – die perfekte Kombination aus Laufen, Wandern, draußen schlafen und dem intensiven Naturerlebnis für ihn.



 trampelpfadlauf
hasretsmovement

 trampelpfadlauf
hasretsmovement

 trampelpfadlauf
hasretsmovement

 www.trampelpfadlauf.de
www.hasretsmovement.de

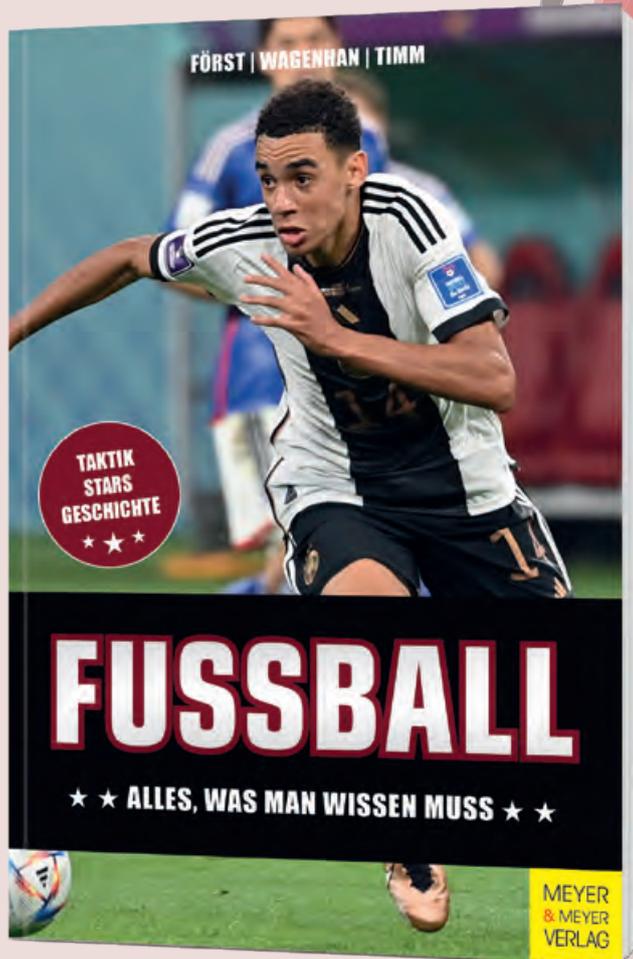
Wandern – Laufen – Campen

Holger Lapp &
Hasret Mutlu
Abenteuer Fastpacking
Ca. 240 Seiten
Ca. 200 Fotos, in 4c
Paperback, 16,5 x 24 cm
ISBN 978-3-8403-7896-6
€ [D] 25,00 – € [A] 25,70
WG 446



- + Für alle Läufer*innen und Wanderer die mehr wollen, als „nur“ von Punkt zu Punkt zu laufen
- + Fastpacking gewinnt – vor allem unter den Trailrunner*innen – immer mehr an Beliebtheit
- + Das ERSTE deutschsprachige Buch über das Fastpacking

PERFEKT VORBEREITET AUF DIE HEIM-EM



Florian Först, Max Wagenhan & Jan-Luca Timm
 Fußball: Alles, was man wissen muss
 232 Seiten
 Ca. 15 Fotos, in s/w
 Paperback, 13,6 x 20,5 cm
 ISBN 978-3-8403-7905-5
 € [D] 16,00 – € [A] 16,50

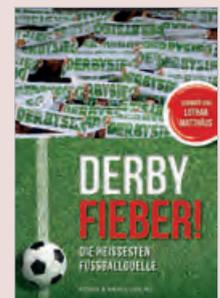
- + Fußball ist die beliebteste Sportart in Deutschland
- + Die Fußball-EM 2024 in Deutschland ruft ein gesteigertes Interesse hervor
- + Kein anderes Buch liefert einen solch prägnanten Einblick in den Sport

Fußball – Alles, was man wissen muss bietet den Leser*innen einen leicht verständlichen Einblick in die wesentlichen Elemente dieser faszinierenden Sportart. Dazu gehören die Historie des Sports, Grundlagenwissen zu den Fußballregeln

und Taktiken, ein Überblick über wichtige nationale und internationale Namen des Fußballs und historische Momente, wie legendäre Foulspele und Rekorde für die Ewigkeit.



978-3-8403-7702-0
 € [D] 16,00/€ [A] 16,50



978-3-8403-7827-0
 € [D] 18,00/€ [A] 18,50



WG 445



Christian Albrecht Barschel
 365 Geschichten, warum wir Fußball lieben
 Vom ersten Club bis heute
 Ca. 384 Seiten
 in s/w mit 16 Farbseiten
 Paperback, 13,6 x 20,5 cm
 ISBN 978-3-8403-7904-8
 € [D] 25,00 – € [A] 25,70

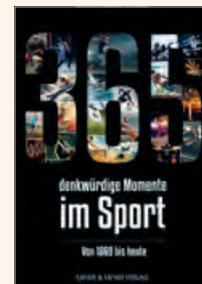
- + Das erste Buch mit Fußballgeschichten vom 1. Januar bis 31. Dezember
- + Fußball ist die beliebteste Sportart im deutschsprachigen Raum
- + Mit eindrucksvollen und historischen Fotos im Innenteil

365 Geschichten, warum wir Fußball lieben erinnert an historische Momente, Meilensteine und Kuriositäten der Fußballgeschichte – von 1857 bis 2023. Zu jedem Tag im Jahr gibt es eine Geschichte, z. B. über die Bundesliga, die deutsche Nationalmannschaft oder den internationalen Fußball.

Das Phantomtor von Thomas Helmer, die Jahrhundertsswalbe von Andi Möller und das Verbot des DFBs für Kondomwerbung in der Bundesliga: Dieses Buch ist eine einzigartige Sammlung besonderer Fußballmomente.



978-3-8403-7685-6
 € [D] 18,00/€ [A] 18,50



978-3-8403-7887-4
 € [D] 20,00/€ [A] 20,60



PERFEKT VORBEREITET AUF DIE HEIM-EM



WG 445

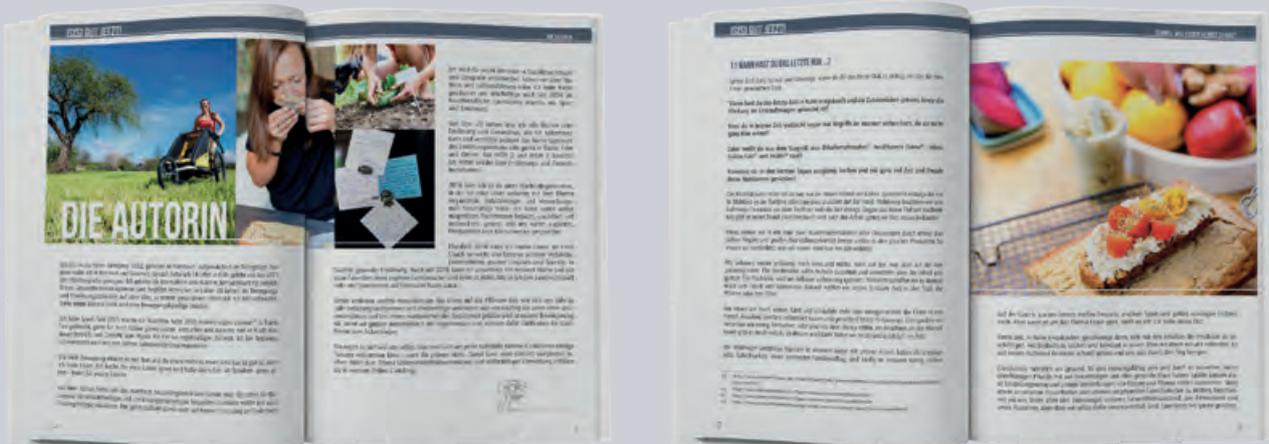
Fit & leistungsstark in jeder Lebenslage

Is(s) gut jetzt! gibt den Leser*innen Wissen und Werkzeuge an die Hand, um bewusstere Kauf- und Ess-Entscheidungen zu treffen, und dadurch fit und leistungsstark zu werden.

Essen ist unser Kraftstoff und elementar für uns. Aber oft essen wir nicht das, was unser Körper braucht, um gesund und leistungsfähig zu sein, sondern das, was die Industrie uns als schmackhaft unterjubelt und dank der Werbung auch noch als gut verkauft.

Anita Horn vermittelt in ihrem Buch elementares Wissen über unsere Nahrungsmittel sowie unser Lebensmittelsystem und vereint dies mit Ernährungspsychologie und einem erfolgserprobten Food Coaching. Damit wir wieder besser einschätzen können, welches Essen gut für uns und unsere Umwelt ist und lernen, unser Essen wieder mehr wertzuschätzen.

Blick ins Buch



Über die Autorin



Anita Horn arbeitet seit über 20 Jahren als Journalistin, vor allem für den WDR-Hörfunk, ist Autorin, Coach, Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement und begleitet als Bewegungs- und Ernährungstrainerin seit vielen Jahren Menschen auf dem Weg zu einem gesünderen Lebensstil. Zu ihren sportlichen Aktivitäten gehören das Laufen, der Triathlon und das Kitesurfen. Dazu trainiert sie gerne im Kraft-Ausdauer-Bereich, u. a. Crossfit und Hyrox. Neben der vielen Bewegung ist das Kochen ihre Leidenschaft. Sie betreibt einen eigenen Gemüseacker, interessiert sich sehr für Wildkräuter und engagiert sich bei der Lebensmittelrettung.

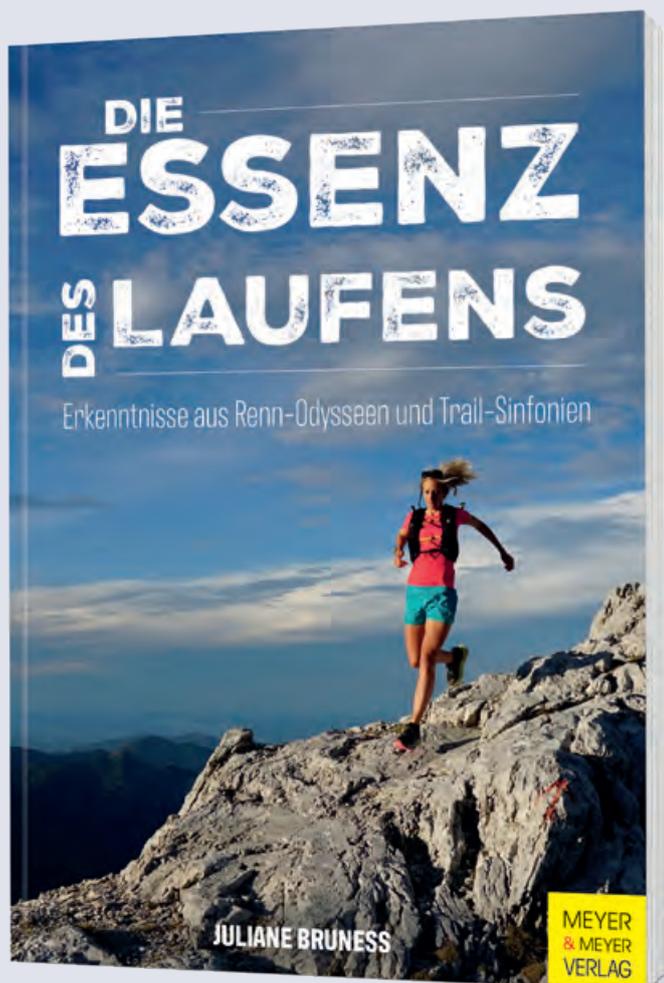
-  Horn Zeit
-  @ahornzeit
-  www.ahornzeit.de

Is(s) gut jetzt

Anita Horn
 Is(s) gut jetzt!
 Mit neuen
 Ernährungsgewohnheiten
 zu mehr Leistungsfähigkeit
 Ca. 264 Seiten
 Ca. 120 Fotos, in 4c
 Paperback, 16,5 x 24 cm
 ISBN 978-3-8403-7847-8
 € [D] 22,00 – € [A] 22,70
 WG 461



- + Einmalige Verbindung grundlegender Informationen über das Ernährungssystem und die -industrie sowie ein daraus resultierendes Food Coaching
- + Anita Horn ist bekannt durch ihre Arbeit beim WDR-Hörfunk
- + Das Buch vermittelt wieder mehr Genuss und Freude am Essen



978-3-8403-7795-2
€ [D] 18,00/€ [A] 18,50



Juliane Bruneß
Die Essenz des Laufens
Erkenntnisse aus Renn-Odysseen und Trail-Sinfonien
Ca. 184 Seiten
in s/w mit 16 Farbseiten
Paperback, 13,6 x 20,5 cm
ISBN 978-3-8403-7810-2
€ [D] 22,00 – € [A] 22,70

- + Trail- und Ultrasport boomt weltweit
- + Eine persönliche Geschichte über das Laufen als Rettungsanker
- + Erfahrung aus hundert Wettkämpfen und tausenden Trainingskilometern

In *Die Essenz des Laufens* erzählt die Ultraläuferin Juliane Bruneß ihren persönlichen Weg vom Sportmuffel zur Ausdauersportlerin. Ihre Entdeckungsreise führt entlang autobiografischer Ereignisse zum Kern des Laufsports und der Frage nach

dem Warum. Warum läuft jemand freiwillig 100 Kilometer durch unwegsames und alpines Gelände? Was suchen Menschen dabei? Das Buch liefert kreative Antworten und schlägt den Bogen zu Philosophie, Soziologie und Popkultur.



WG 446

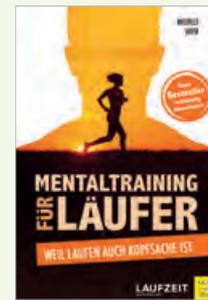


Nils Kindel
 Handbuch Laufen
 Langfristig schmerzfrei und leistungsfähig
 Ca. 264 Seiten
 Ca. 60 Fotos, 15 Abb., in 4c
 Paperback, 16,5 x 24 cm
 ISBN 978-3-8403-7909-3
 € [D] 24,00 – € [A] 24,70

- + Das erste Laufbuch, das die Bereiche Biomechanik, Sportpsychologie und Trainingswissenschaft vereint
- + Läufer*innen lernen, Trainingskonzepte zu erstellen, um schmerzfrei und leistungsfähig zu laufen

Handbuch Laufen ist ein Ratgeber, der die Bereiche Biomechanik, Sportpsychologie und Trainingswissenschaft vereint. Die einzigartige Kombination vermittelt Läufer*innen das nötige Wissen, um ein umfassendes, auf sie abgestimmtes

Trainingskonzept zu erstellen. Das Ziel des Buchs ist es, Läufer*innen alle Werkzeuge an die Hand zu geben, die sie benötigen, um langfristig schmerzfrei sowie leistungsfähig zu laufen und damit den Sport, den sie lieben, leicht, frei und endlos auszuüben.



978-3-8403-7842-3
 € [D] 26,00/€ [A] 26,80



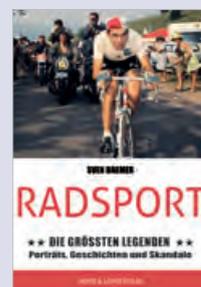
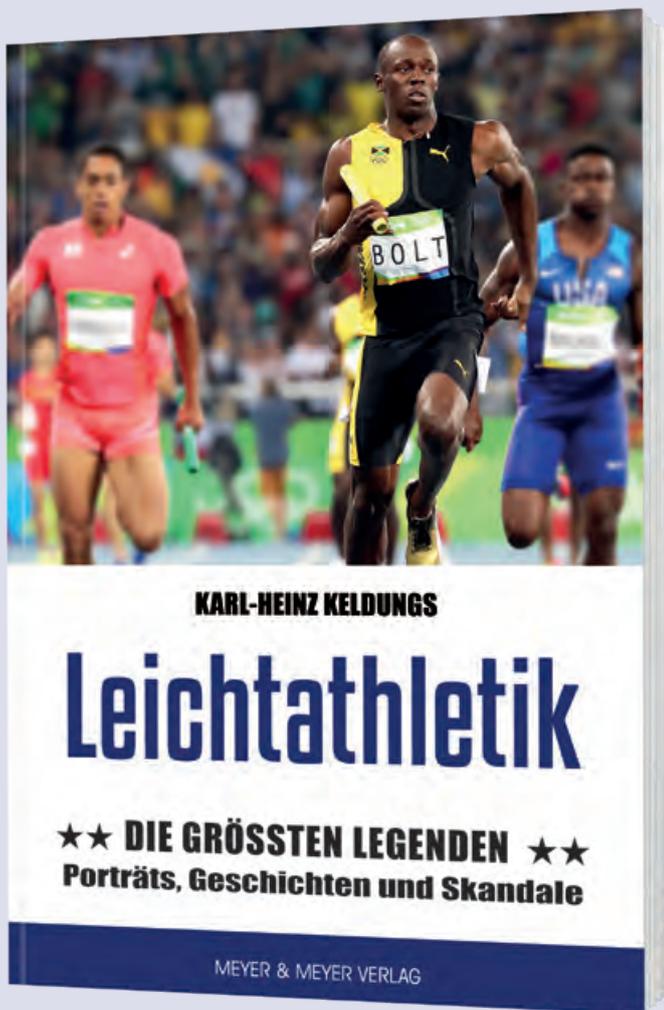
978-3-8403-7523-1
 € [D] 36,00/€ [A] 37,10



SCHMERZFREI UND LEISTUNGSSTARK LAUFEN



WG 446



978-3-8403-7860-7
€ [D] 22,00/€ [A] 22,70



Karl-Heinz Keldungs
Leichtathletik – Die größten Legenden
Ca. 320 Seiten
Ca. 40 Fotos, in s/w
Paperback, 13,6 x 20,5 cm
ISBN 978-3-8403-7906-2
€ [D] 22,00 – € [A] 22,70

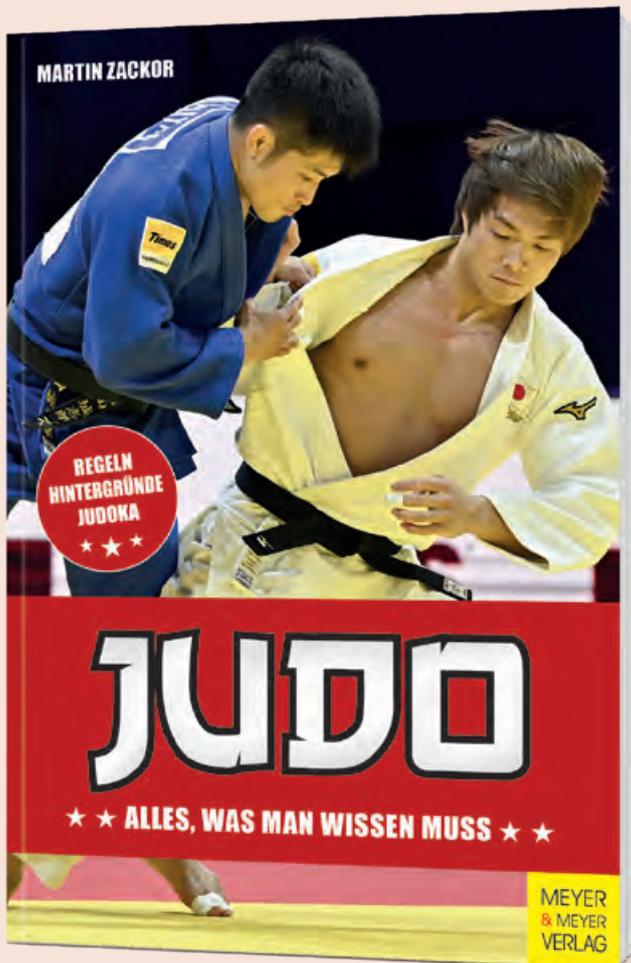
- + Olympische Sommerspiele 2024 in Frankreich
- + Über 100 Porträts von unvergessenen Leichtathletikstars
- + Erscheint in der beliebten „Die größten Legenden“-Reihe

Heinz Keldungs, der Autor von *Leichtathletik – Die größten Legenden* hat eine vielfältige Auswahl getroffen: Sportler:innen, die in der Ruhmeshalle ihrer Sportart aufgenommen worden sind, Leichtathlet:innen, von deren Leistungen man noch nach Jahrzehnten spricht, weil sie

z. B. bei den Olympischen Spielen dominiert haben oder die in ihren Ländern Heldenstatus genießen, aber auch jene, die jung auf tragische Weise ums Leben kamen und derer man sich deshalb noch heute erinnert.



WG 446



978-3-89899-955-7
€ [D] 12,95/€ [A] 13,40



Martin Zackor
Judo
Alles, was man wissen muss
Ca. 220 Seiten
Ca. 15 Fotos, in s/w
Paperback, 13,6 x 20,5 cm
ISBN 978-3-8403-7897-3
€ [D] 16,00 – € [A] 16,50

- + Judo zählt zu den Olympischen Sportarten
- + Der Deutsche Judo Bund hat über 100.000 Mitglieder
- + Erscheint in der beliebten Reihe für Sportfans: „Alles, was man wissen muss“

Judo – Alles, was man wissen muss gibt einen Überblick über die faszinierende Sportart und richtet sich neben Judo-Interessierten auch an Sportinteressierte, die die Olympischen Spiele als Anlass nehmen, sich genauer mit Judo auseinanderzusetzen. Leser*innen be-

kommen in der Regelkunde die wesentlichen Elemente des Sports vermittelt und erhalten einen Überblick über die bekannten Protagonisten und Events der Sportart. Abgerundet wird das Buch von einem Judo-ABC mit den wichtigsten Begriffen.



WG 447



978-3-89899-794-2
€ [D] 19,95/€ [A] 20,60



978-3-89899-545-0
€ [D] 16,95/€ [A] 17,50



Svenja und Malte Redmer
Fit & aktiv auf dem Stuhl
Körperlich und geistig gesund bleiben
224 Seiten
Ca. 800 Fotos, in 4c
Paperback, 16,5 x 24 cm
ISBN 978-3-8403-7911-6
€ [D] 22,00 – € [A] 22,70

- + Ältere Menschen wollen so lange wie möglich fit bleiben
- + Die Übungen helfen dabei, den Alltag weiterhin selbstständig zu gestalten
- + Der Titel erscheint in „Wo Sport Spaß macht“ , der Reihe für Übungsleiter*innen des DTB

Die Übungen in *Fit & aktiv auf dem Stuhl* können auf einem Stuhl oder Hocker durchgeführt werden und sind somit besonders auch für Menschen interessant, die nicht mehr gut zu Fuß oder im Alltag auf einen Rollator oder sogar Rollstuhl angewiesen sind.

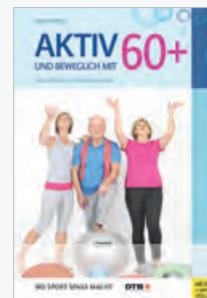
Das Ziel ist es, die Übenden fitter zu machen, die Beweglichkeit zu verbessern und das Gedächtnis zu fordern. Denn Kraft, Gleichgewicht, Ausdauer und Koordination sind die Schlüssel für ein langes, selbstständiges Leben bis ins hohe Alter.



WG 464



978-3-89899-832-1
€ [D] 16,95/€ [A] 17,50



978-3-89899-997-7
€ [D] 22,00/€ [A] 22,70



Gabi Fastner
Sportlich aktiv mit 50+
100 Übungen für zu Hause
208 Seiten
Ca. 200 Fotos, in 4c
Paperback, 16,5 x 24 cm
ISBN 978-3-8403-7891-1
€ [D] 22,00 – € [A] 22,70



- + Gabi Fastner ist bekannt aus TELE-GYM (BR Fernsehen)
- + Sie hat auf YouTube fast 600.000 Abonnent:innen
- + Interessante Zielgruppe: die Best Ager

In ihrem neuen Buch *Sportlich aktiv mit 50+* zeigt Gabi Fastner 100 einfache Übungen und gibt praktische Tipps, um die Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer zu erhalten bzw. zu steigern. Die Übungen sind speziell auf die Bedürfnisse und Anforderungen des Körpers ab 50

abgestimmt und können sowohl von Sportanfänger*innen und bereits körperlich Aktiven durchgeführt werden. Die beliebte Erfolgsautorin hilft dabei, sich zu motivieren und seine persönliche Fitnessziele zu erreichen.



WG 464

Damit Kinder wieder Schwimmen lernen

Narwali zeigt den Kindern, wie es geht! In dem Buch *Ich lerne schwimmen* begleitet der Narwal alle Kinder, die das Schwimmen erlernen und damit das Seepferdchen erreichen wollen. Gemeinsam mit den Eltern erleben sie die Wassergewöhnung und erlernen die ersten Grundfertigkeiten. Spezielle Aufgaben, Rätsel und Raum für persönliche Eintragungen unterstützen die Kinder auf diesem Weg. Schwimmen lernen rettet Leben: 60 % aller Kinder in Deutschland sind laut der DLRG nach der

Grundschulzeit keine sicheren Schwimmer. In Österreich und der Schweiz sind es jeweils mehr als 30 %.

Der Grund dafür liegt neben den ausgefallenen Schwimmkursen durch Corona vor allem in der mangelhaften Bäderinfrastruktur. *Ich lerne schwimmen* bietet Eltern und Kindern die Möglichkeit, frühzeitig und eigenständig mit dem Schwimmenlernen zu beginnen.

Hallo, liebe Buchhändlerin und lieber Buchhändler.
Ich bin Narwali und lebe im glitzernden Ozean. Leider sind die Schwimmflossen vieler Kinder nicht so trainiert, dass sie sich sicher durch das Wasser bewegen können. Deshalb zeige ich ihnen die aufregende Wasserwelt und lehre sie das Schwimmen.

Wenn wir unser Abenteuer beginnen, lernen die Kinder, wie sie ihre Arme und Beine geschickt bewegen. Gemeinsam werden wir die Grundtechniken lernen und jede Herausforderung im Wasser meistern.

Lassen Sie uns die Freude am Schwimmen wieder entfachen, sodass Kinder das Schwimmen mit jeder Faser ihrer Flossen genießen!

Euer Freund Narwali



Wir unterstützen narwali:



Schwimmen mit Narwali

Kathrin Barth &
Jürgen Dietze
Ich lerne schwimmen
Schwimmen mit *narwali*
152 Seiten
mit zahlreichen Fotos und
Abb., in 4c
Paperback, 16,5 x 24 cm
ISBN 978-3-8403-7908-6
€ [D] 14,95 – € [A] 15,40



- + Die Zahl der Kinder, die nicht sicher schwimmen, ist erschreckend hoch (DE: 60 %; A: 30 %; CH: 37 %)
- + Kindgerechte Texte, Zeichnungen und Raum für persönliche Eintragungen sorgen für Spaß
- + Das Buch fördert die Wassergewöhnung und das Erlernen der Grundtechniken

JUGENDLICHE IN DER PUBERTÄT UNTERSTÜTZEN



978-3-8403-7862-1
 € [D] 22,00/€ [A] 22,70



Sandra Walkenhorst
 Yoga für Jugendliche
 Stress verringern durch Achtsamkeit und Entspannung
 2. überarb. Auflage
 Ca. 240 Seiten
 Ca. 90 Fotos, in 4c
 Paperback, 16,5 x 24 cm
 ISBN 978-3-8403-7919-2
 € [D] 22,00 – € [A] 22,70

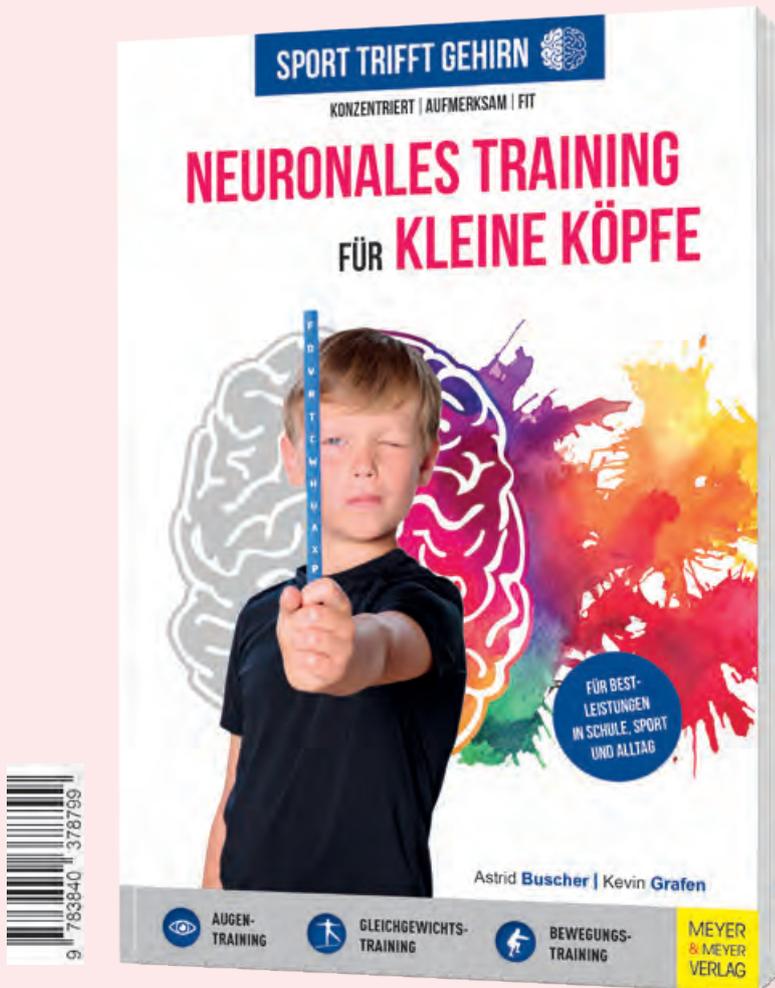
- + Komplette überarbeitete Neuauflage
- + Ergänzt durch neue Übungen
- + Jetzt auch mit Audio-Dateien

Das Buch *Yoga für Jugendliche* richtet einen ganzheitlichen Blick auf Jugendliche in der Zeit der Pubertät und zeigt auf, wie Eltern und Familienmitglieder den Heranwachsenden ein authentischer und sicherer Begleiter sein können. Mit Yoga,

Achtsamkeit und Entspannungstechniken gibt das Buch und den Jugendlichen wunderbare Möglichkeiten an die Hand, um zu selbstbewussten, resilienten und glücklichen Erwachsenen zu werden.



WG 462



978-3-8403-7838-6
€ [D] 29,95/€ [A] 30,80



Astrid Buscher & Kevin Grafen
Sport trifft Gehirn – Neuronales Training für kleine Köpfe
Konzentriert - aufmerksam - fit
Ca. 264 Seiten
Ca. 270 Fotos, ca. 20 Abb., in 4c
Paperback, 16,5 x 24 cm
ISBN 978-3-8403-7879-9
€ [D] 29,95 – € [A] 30,80

- + Schwierigkeiten in Schule, Alltag und Sport vorbeugen
- + Hilfestellungen für mehr Konzentration, Aufmerksamkeit und Selbstbewusstsein
- + Für pädagogische Fachkräfte sowie interessierte Eltern und Großeltern

Eine gesunde und glückliche Kindheit, das wünschen wir uns für unsere Kinder. Doch wissenschaftliche Untersuchungen weisen in eine andere Richtung. Im Theorieteil informiert *Neuronales Training für kleine Köpfe* über die frühkindliche Entwicklung

und die Funktionsweise von Gehirn und Nervensystem. Darauf aufbauend zeigen die Autoren, welche Gehirnareale bei Problemen in Schule, Alltag und Sport beteiligt sein können, um dann im Praxisteil vielfältige spielerische Neuroübungen vorzustellen.



WG 462

GRUNDLAGENWERKE AUF DEM NEUESTEN STAND



4. überarb. Auflage
Ca. 208 Seiten
in 4c
Paperback
16,5 x 24 cm
ISBN 978-3-8403-7895-9
€ [D] 22,00 – € [A] 22,70

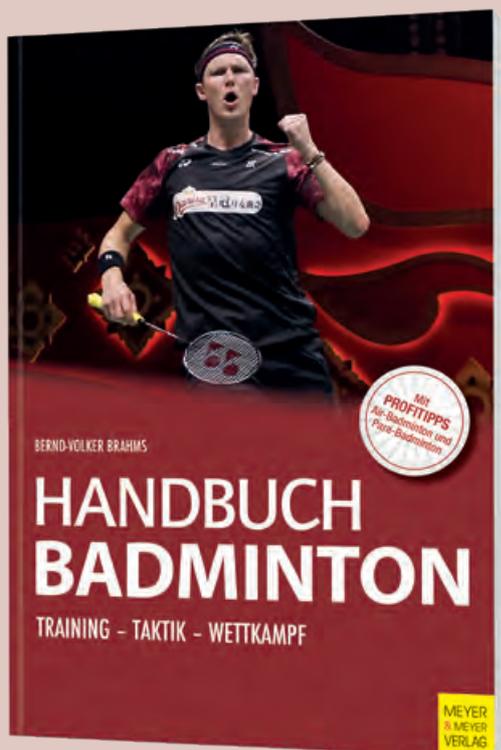


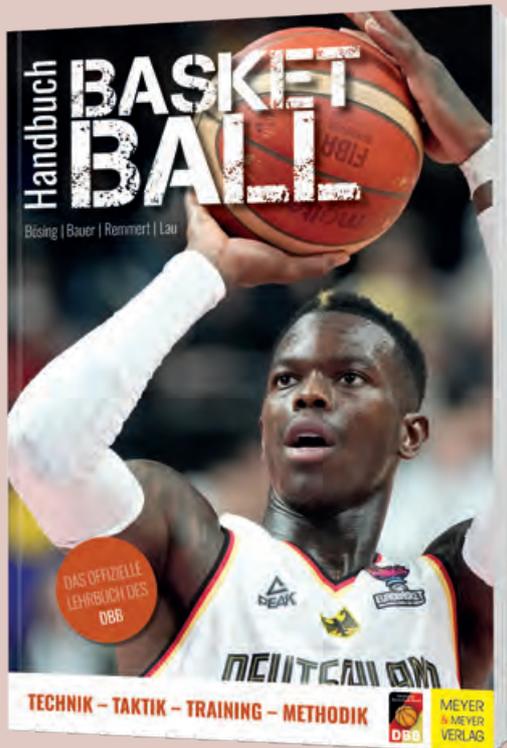
WG 462

3. überarb.
und ergänzte Auflage
Ca. 260 Seiten
in 4c
Paperback
16,5 x 24 cm
ISBN 978-3-8403-7875-1
€ [D] 24,95 – € [A] 25,70



WG 445





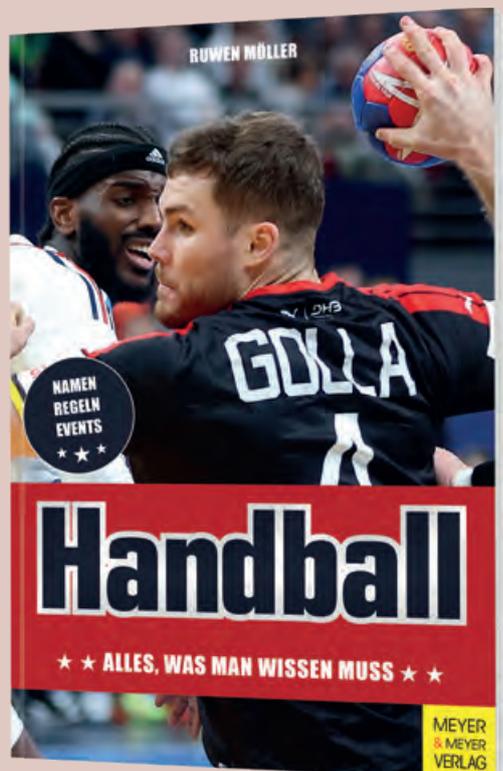
4. überarb. Auflage
 Ca. 440 Seiten
 in 4c
 Paperback
 16,5 x 24 cm
 ISBN 978-3-8403-7877-5
 € [D] 32,00 – € [A] 32,90



WG 445

APRIL 2024

2. überarb. Auflage
 224 Seiten
 in s/w
 Paperback
 13,6 x 20,5 cm
 ISBN 978-3-8403-7918-5
 € [D] 16,00 – € [A] 16,50



WG 445





978-3-8403-7718-1
 € [D] 30,00/€ [A] 30,90



Schöber (Hrsg.) et al.
 Esportpedia
 Strukturen & Facilities
 394 Seiten
 in s/w
 Paperback, 14,8 x 21 cm
 ISBN 978-3-8403-7889-8
 € [D] 35,00 – € [A] 36,00

- + E-Sport gewinnt immer mehr an Bedeutung
- + Band 6 der Esportpedia-Reihe
- + Mit vielen Praxisbeispielen und Erfolgsgeschichten

E-Sport wächst in seiner gesellschaftlichen und auch wirtschaftlichen Relevanz. Immer mehr Vereine, Unternehmen und andere Stakeholder beschäftigen sich mit dem elektronischen Sport und versuchen einen Platz am Tisch zu ergattern. Der sechste

Band der Esportpedia bietet einen Überblick über Strukturen, Infrastruktur und Facilities im E-Sport. Dies reicht von Großprojekten, über eine Verlinkung zum traditionellen Sport, bis hin zu politischen Strukturen.



WG 441



JUNI 2024



978-3-8403-7917-8
€ [D] 30,00/€ [A] 30,90



Jörn Meyer und Stephan Schütt
Sport gymnasiale Oberstufe
Schulbuch Bayern
568 Seiten
in 4c
Paperback, 16,5 x 24 cm
ISBN 978-3-8403-7764-8
€ [D] 40,00 – € [A] 41,20



- + Spezielle Länderausgabe für die Jahrgänge 12 und 13
- + Grundlage eines innovativen, lehrplangemäßen Sportunterrichts in der gymnasialen Oberstufe

Sport in der gymnasialen Oberstufe orientiert sich an den Lernbereichen des Bayrischen Lehrplan PLUS 2024: „Sport und Training“, „Sport und Bewegung“, „Sport und Gesundheit“ sowie „Sport und Gesellschaft“. Die Lehrpläne waren und sind eine wesentliche Grundlage für die

Konzeption von Schulbüchern für das Fach Sport.

Das Fach Sport wurde erst 1972 als gleichwertiges Fach im Fächerkanon etabliert. Insbesondere Bayern hat diesen Schritt konsequent weitergeführt.

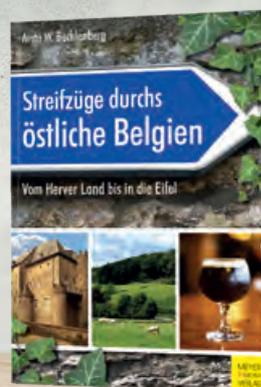
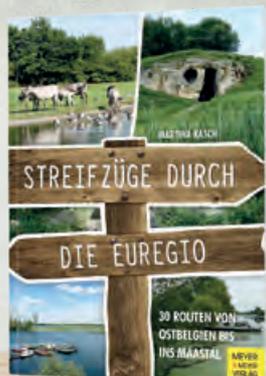


WG 441

SCHULBUCH SPORT FÜR BAYERN

DIE BUCHREIHE

STREIFZÜGE



Streifzüge durch die Rureifel
ISBN 978-3-8403-7598-9 € [D] 18,00 – € [A] 18,50
Streifzüge durch das Hohe Venn
ISBN 978-3-8403-7790-7 € [D] 22,00 – € [A] 22,70

Streifzüge durch die Euregio
ISBN 978-3-8403-7634-4 € [D] 20,00 – € [A] 20,60
Streifzüge durch das östliche Belgien
ISBN 978-3-8403-7687-0 € [D] 20,00 – € [A] 20,60



978-3-8403-7747-1
€ [D] 14,00/€ [A] 14,40



Reinhard Mäurer
Streifzüge durch die Nordeifel
Die schönsten Tagestouren
2. überarbeitete Auflage
Ca. 320 Seiten
zahlreiche Fotos, in 4c
Paperback, 14,8 x 21 cm
ISBN 978-3-8403-7920-8
€ [D] 22,00 – € [A] 22,70

- + Die Nordeifel ist ein beliebtes Wanderziel
- + 2. überarbeitete Auflage mit Ergänzungen
- + Mit Hinweisen zur aktuellen Situation im Ahrtal

In *Streifzüge durch die Nordeifel* beschreibt Reinhard Mäurer die schönsten Tagestouren von Aachen ausgehend: unter anderem nach Eupen, in die schöne Landschaft des Hohen Venns, in den Nationalpark Eifel und in die Perle der Eifel, das beschauliche

Monschau. Neben den kulturellen und kulinarischen Aspekten seiner Streifzüge, stehen auch landschaftliche Highlights, verbunden mit geschichtlichem Hintergrundwissen, im Mittelpunkt dieses Werks.



WG 321

Diese Vorschau finden Sie
online auf vlbtix.de

Ihre Ansprechpartner im Verlag

Meyer & Meyer
Fachverlag & Buchhandel GmbH
Von-Coels-Straße 390
52080 Aachen
www.dersportverlag.de

Vertrieb
Kerstin Meyer
Telefon: +49 (0)241 - 95810 25
E-Mail: kerstin.meyer@m-m-sports.com

Marketing
Julia Claßen
Telefon: +49 (0)241 - 95810 34
E-Mail: julia.classen@m-m-sports.com

Social Media



Facebook
www.facebook.com/MeyerMeyerVerlag



Instagram
<https://www.instagram.com/m.m.sport/>



Printed in Germany | Bestell-Nr. 4001
Irrtum, Programm- und Preisänderungen vorbehalten,
Stand November 2023.
© Meyer & Meyer Fachverlag & Buchhandel GmbH

Bildnachweis Cover: © AdobeStock
Bildnachweis Innenseiten: Alexander Sterzik; S. 9: oben: © AdobeStock; unten:
© Deutsche Sporthochschule, Köln / Axel Rabenstein; S. 10-11: © AdobeStock,
© Henning Radam Media+Events; S. 12: © Imago; S. 13: © AdobeStock; S. 14-15:
© JORICS/ Jörg Riese Creative Studio; S. 16: © René Claußnitzer; S. 17: © Luca Otto
Silberg/Moonrock Media; S. 18: © picture alliance / dpa | Srdjan Suki; S. 19:
© picture alliance / EPA | Noushad Thekkayil; S. 20: © AdobeStock; S. 21: © TOGU
GmbH, S. 23: © AdobeStock, S. 24: © AdobeStock; S. 25: © Mira Hampel,
S. 26 oben: © Gerd Gatzweiler; S. 26 unten: © picture alliance / EPA | DIEGO AZUBEL;
S. 27: oben: © picture alliance/dpa | Soeren Stache; S. 27 unten: picture alliance/dpa
| Jan Woitas; S. 28: © picture alliance/dpa | Benedikt Wenck;
S. 29: © Christian Schweihofen, Christian Beier, Jörn Meyer, Thinkstock;
S. 31: © Reinhard Mäurer

DATENSCHUTZERKLÄRUNG:

Rechtsgrundlage für die Datenverarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 Buchstabe f
der EU-DSGVO:
https://www.dersportverlag.de/rechtliches_und_datenschutz

Meyer & Meyer Sport is member of the World Sport Publishers' Association
The WSPA is member of the ICSSPE



(International Council of Sports Science and Physical Education)
The WSPA is a partner of the BEA (BookExpo America)
Internet: www.w-s-p-a.org | E-Mail: info@w-s-p-a.org

* Nur solange der Vorrat reicht.

Verlagsvertretungen

DEUTSCHLAND

forum
independent

forum independent GmbH

Telefonbetreuung
Stephanie Hoffmann
Tel.: +49 (0)221 / 92 428 233
Fax: +49 (0)221 / 92 428 232
hoffmann@forum-independent.de

Key Account Management
Markus Flemm
Tel.: +49 (0)221 - 92 428 237
Fax: +49 (0)221 - 92 428 232
Mobil: +49 (0)175/ 25 266 43
flemm@forum-independent.de

**Außendienst Bremen, Hamburg,
Niedersachsen, NRW, Sachsen, Sachsen-
Anhalt, Schleswig-Holstein, Thüringen:**
Walter Vogel
Tel.: +49 (0)2734 - 1642
Fax: +49 (0)221 - 92 428 - 232
vogel@forum-independent.de

**Außendienst Baden-Württemberg, Bayern,
Hessen, Rheinland-Pfalz, Saarland,
Luxemburg:**
Silke Trost
Tel.: +49 (0)177 - 29 066 59
Fax: +49 (0)221 - 92 42 82 32
trost@forum-independent.de

**Außendienst Berlin, Brandenburg,
Mecklenburg-Vorpommern:**
Erik Gloßmann
Tel.: +49 (0)30 - 992 86 700
Fax: +49 (0)30 - 992 86 701
erik.glossmann@t-online.de

Innendienst
Melanie Steinbach
Telefon: +49 (0)221 - 92 428 230
Telefax: +49 (0)221 - 92 428 232
steinbach@forum-independent.de
www.forum-independent.de

Geschäftsführung
Silvia Maul
Lindenstr. 14
50674 Köln
Tel.: +49 (0)221 - 92 428 231
Fax: +49 (0)221 - 92 428 232
Mobil: +49 (0)177 - 64 258 33
maul@forum-independent.de

Österreich Außendienst West
Karin Pangl
c/o Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2
1230 Wien
Mobil: + 43 (0) 664 / 8119820
karin.pangl@mohrmorawa.at

Österreich Außendienst Ost
Jürgen Sieberer
Arnikaweg 79/4
1220 Wien
Tel./Fax: +43 (0)1 - 285 45 22
Mobil: +43 (0)664 - 391 28 34
juergen.sieberer@mohrmorawa.at

Österreich Fach- und Nebenmarkt
Key Account Team Mohr Morawa
Tel.: +43 (0) 1 / 68 0 14-0
fachmarkt@mohrmorawa.at

Schweiz Außendienst
Markus Vonarburg
Glärnischstr. 14
8200 Schaffhausen
Mobil: + 41 (0) 79 / 290 18 30
m.vonarburg@ava.ch

Auslieferungen

DEUTSCHLAND

Brockhaus/Commission

Brockhaus Kommissionsgeschäft GmbH
Kreidlerstrasse 9
70806 Kornwestheim bei Stuttgart
Tel. +49 (0) 7154/13 27-0
Fax: +49 (0) 7154/13 27-13
m-m-sports@brocom.de
www.brocom.de

Direkter Ansprechpartner:
Thomas Duchardt
Tel.: +49 (0)7154/13 27 - 28
t.duchardt@brocom.de

ÖSTERREICH

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2, 1230 Wien
Tel.: +43 (0)1 - 680 14 0
Bestellservice: +43 (0) 1 680 14-5 DW
bestellung@mohrmorawa.at
www.mohrmorawa.at

SCHWEIZ

Buchzentrum AG
Industriestraße Ost 10
4614 Hägendorf
Tel.: +41 (0)62 - 209 26 26
kundendienst@buchzentrum.ch
www.buchzentrum.ch



Englisches Programm
Frühjahr 2024

Internationale Auslieferungen

Großbritannien, Irland, Europa
Asien (Vertretung)
Australien & Neuseeland
Iran
Ägypten
Philippinen
Singapur/Malaysia
USA/Kanada
Indien
Libanon/Vereinigte Arabische Emirate
Südafrika

www.dersportverlag.de