

Jack Müller

# META ANTENNEN

Verlag Peter Meili  
Schaffhausen 1972

# Inhalt

	Seite
Einleitung	5
Auf die Plätze	7
Trainingsbeginn	10
National	11
Erste Trainingsanleitung	14
Die 10 Gebote des Sportlers	15
1964-Erstes Gold...	16
Zu jung - oder nicht?	22
Berufswahl - Pubertät	24
Planung	27
1966 - Anschluß zur Spitze	29
Hauptziel 1966	33
Verdienstvollste Sportlerin 1966	39
Vom Nachwuchstraining zum Hochleistungstraining	40
Der Weg zu den Olympischen Spielen in Mexiko	42
Olympische Spiele 1968	44
Zwei neue Geheimwaffen	49
Weltrekord	52
Die Aufholjagd in Athen	57
Leistungssport und Beruf	60
Europameisterschaften in Helsinki	62
Zwei internationale Fair-Play-Auszeichnungen	76
Die Gegner von gestern sind die Zugpferde von morgen	80
Auf dem Weg nach München	87
Zur Person	89
Schweizer Rekorde	90
Leistungsentwicklung	92
Schweizer Meister-Titel	93
Aufschwung der Frauenleichtathletik	94
Spitzensport: Versuch einer Bilanz	96
Nachwort	98

## Literaturnachweis:

Schmolinski, Leichtathletik. Sportverlag Berling 1969  
Harre, Trainingslehre, Sportverlag Berling 1971  
Wischmann, Methodik der Leichtathletik.  
Wilhelm-Limpert Verlag, Frankfurt 1965