

Zawiera m.in.:

Jan Górski: Podstawy fizjologii wysiłku;

Zdzisław Adach, Mariusz Nacz: Podstawy treningu fizycznego;

Zdzisław Adach, Wioletta Brzenczek-Owczarzak: Wysiłek fizyczny i trening kobiet;

Marian Krawczyński: Wysiłek fizyczny i trening sportowy w wieku rozwojowym;

Jerzy A. Żołądź, Joanna Majerczak, Krzysztof Duda: Starzenie się a wydolność fizyczna człowieka;

Zbigniew Szygula, Anna Lubkowska: Wysiłek fizyczny w różnych temperaturach otoczenia;

Bruno Grassi, Jerzy A. Żołądź: Zintegrowana odpowiedź ustroju na niedotlenienie wysokościowe;

Krzysztof Klukowski: Wysiłek i Sport osób niepełnosprawnych;

Krzysztof Klukowski: Wpływ niedoboru aktywności ruchowej (hiPokinezji) na ustrój;

Anna Jegier: Wysiłek fizyczny w wybranych chorobach;

Anna Jegier: Trening zdrowotny;

Irena Celejowi: Wysiłek fizyczny a żywienie;

Jerzy Smorawiński, Andrzej Pokrywka: Doping w Sporcie;

Małgorzata Żendzian-Piotrowska: Podstawy genetyki wysiłku fizycznego.