



Robert Rupp

Alterssport motivierend gestalten

Grundlagen und Beispiele einer bedürfnisorientierten Praxis

- **Systematik zur zielgerichteten Motivationsförderung im Alterssport**

Robert Rupp zeigt auf Basis einer qualitativen empirischen Studie fundiert und praxisorientiert auf, wie gesundheitsorientierte Bewegungsangebote für ältere Menschen so gestaltet werden können, dass sie auf Teilnehmende motivational bindend wirken. Unter der Leitidee der Befriedigung psychologischer Grundbedürfnisse werden potenzielle und realisierte Wege zur Erfüllung des Bedürfnisses nach Kompetenzerleben im Alterssport analysiert, welches zu den bedeutendsten Motivationsquellen für sportliche Aktivität zählt. Das breite Panorama identifizierter Befriedigungswege wird in eine Systematik überführt, um den Zielbereich der Motivationsförderung im Alterssport zielgerichtet anzu steuern und evaluieren zu können.

1. Aufl. 2017, VIII, 210 S. 10 Abb.

Printed book

Softcover

[1]44,99 € (D) | 46,26 € (A) | CHF 50,00

eBook

[2]34,99 € (D) | 34,99 € (A) | CHF 40,00

Available from your library or springer.com/shop

Order online at springer.com / or for the Americas call (toll free) 1-800-SPRINGER / or email us at: customerservice@springernature.com. / For outside the Americas call +49 (0) 6221-345-4301 / or email us at: customerservice@springernature.com.

The first € price and the £ and \$ price are net prices, subject to local VAT. Prices indicated with [1] include VAT for books; the €(D) includes 7% for Germany, the €(A) includes 10% for Austria. Prices indicated with [2] include VAT for electronic products; 19% for Germany, 20% for Austria. All prices exclusive of carriage charges. Prices and other details are subject to change without notice. All errors and omissions excepted. [3] No discount for MyCopy.

