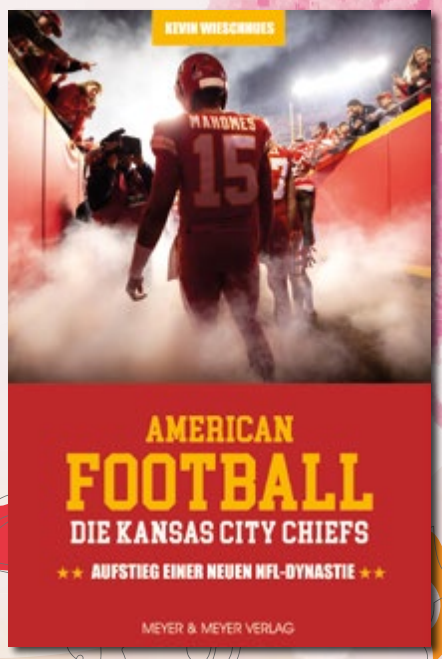
MEYER & MEYER VERLAG



HERBST 2025

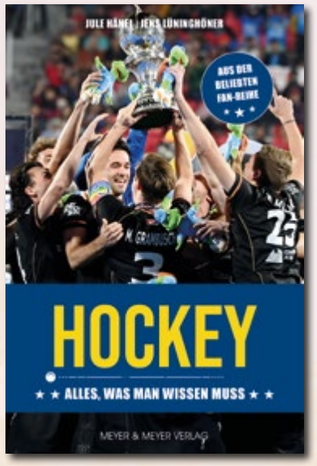
JUNI 2025 - DEZEMBER 2025

GESUNDHEIT // FAN-BÜCHER
SPORT // WISSENSCHAFT

MEYER & MEYER VERLAG

MEYER & MEYER VERLAG

BÜCHER, DIE BEWEGEN ...



INHALT

UNSERE THEMEN IM HERBST

- GESUNDHEIT & YOGA
- FAN-BÜCHER
- FORMEL 1 & SIMRACING
- FUSSBALL & BALLSPORT
- WINTERSPORT
- WISSENSCHAFT

Langlebigkeit leicht gemacht

Dein Longevity Guide von Luise Walther kombiniert die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse zur Langlebigkeit mit 50 einfach umsetzbaren Tipps für den Alltag, um jung und fit zu bleiben. Dabei richtet das Buch den Blick auf sechs zentrale Themen: Schlaf, Stressmanagement, Bewegung, Ernährung, mentale Gesundheit und soziale Bindungen sowie Technologien der Zukunft.

Dein Longevity Guide richtet sich explizit an gesundheitsbewusste Menschen über 35, die ein gesundes und erfülltes Leben führen möchten und auf der Suche nach wenig zeitintensiven und alltagstauglichen Lösungen sind.

Der Wunsch nach einem langen und gesunden Leben ist tief in uns verankert. Longevity – die Wissenschaft der Langlebigkeit – beschäftigt sich mit den neuesten Erkenntnissen aus Medizin, Forschung und Lebensstil-optimierung, um die Lebensspanne nicht nur zu verlängern, sondern die gewonnene Zeit auch mit Gesundheit und Vitalität zu füllen.

Liebe Luise, viele Konzepte zur Langlebigkeit sind leider nur kurzfristig gedacht. Welchen Ansatz verfolgt dein Buch und welche Themen machen dein Buch stark und langlebig?

Mein Buch setzt auf Langlebigkeit als ganzheitlichen Lebensstil, nicht als kurzfristigen Trend. Es verbindet neueste Wissenschaft mit umsetzbaren Routinen für Gehirn, Körper und Emotionen. Fokus: Mentale Resilienz, Bewegung, Ernährung und soziale Bindungen – ohne Schnickschnack, sondern praxisnah. Leser erhalten klare Strategien für nachhaltige Energie, Gesundheit und innere Stärke, die in jeden Alltag passen und langfristig wirken.

Luise Walther
Dein Longevity Guide
50 smarte Wege, um jung und fit zu bleiben

ca. 200 Seiten
in Farbe
Paperback, 16,5 × 24 cm

ET: 15.12.2025
€ [D] 20,00 / € [A] 20,60
ISBN 978-3-8403-7979-6
WG 1 460 Gesundheit

DIE AUTORIN

Luise Walther ist Expertin für neurozentriertes Training, Bewegung und ganzheitliche Gesundheit sowie Autorin mehrerer Gesundheitsbücher. Sie besitzt eine Vielzahl an Qualifikationen im Fitness- und Gesundheitsbereich, unter anderem die renommierte Z-Health®-Ausbildung. Ihre Arbeit verknüpft Wissenschaft mit praktischen Anwendungen für ein gesünderes, erfülltes Leben. Mit einer starken Social-Media-Präsenz und einem wachsenden Netzwerk inspiriert sie eine Community von gesundheitsbewussten Menschen.

+ Luise Walther ist bekannt aus: *RTL*, *Women's Health*, *Cosmopolitan*, der *ALDI Sports App* und *bild.de*.
+ Die Autorin thematisiert die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse zur Langlebigkeit.
+ Das Buch beinhaltet Checklisten und kurze, geführte Audio-Übungen.

www.luisewalther.de @luise_walther_pt Luise Walther Luise Walther

„DIESES BUCH BELEUCHTET ENDLICH MAL THEMEN, ÜBER DIE KEINER GERNE SPRICHT IN DER TRAUMWELT FUSSBALL.“
FREDI BOBIC | EHEM. DEUTSCHER FUSSBALLPROFI, NATIONALSPIELER UND MANAGER

„NEIN, MIT DEM SCHWULEN DUSCHE ICH NICHT“
EIN LANGJÄHRIGER BUNDESLIGA-SPIELER AUF DIE FRAGE, WIE DIE FUSSBALLER IN DER KABINE REAGIEREN WÜRDEN, FALLS SICH EIN MITSPIELER OUTET.

„ICH STAND IN DEM MOMENT, WAR ALSO NICHT IN BEWEGUNG. ICH NAHM AM BODEN EINE LEICHTE ERSCHÜTTERUNG WAHR. ABER DASS ES SICH UM EINEN TERRORANSCHLAG HANDELT, DAMIT HÄTTE ICH NIE GERECHNET.“
MANUEL NEUER ÜBER DIE TERRORANSCHLÄGE IN PARIS AM 13. NOVEMBER 2015

„ABER FÜR MICH IST KLAR: ICH WERDE KONSEQUENT SEIN BIS ZUM LETZTEN ATEMZUG. WENN ES MIR RICHTIG SCHLECHT GEHT, GREIFE ICH ZUM GIFT-COCKTAIL.
TIMO KONIETZKA NACH SEINER HERZATTACKE IM JAHR 2011

„ICH BIN GEFANGEN IN EINER TIEFEN DEPRESSION. GEZEICHNET VOM DRUCK DES LEBENS HABE ICH VERSUCHT, MICH IN DER BADEWANNE EINES HOTELS UMZUBRINGEN.“
DER EX-BUNDESLIGA-SCHIEDSRICHTER BABAK RAFATI ÜBER SEINEN SELBSTMORDVERSUCH

PROTAGONISTEN

Manuel Neuer
Lothar Matthäus
Dietmar Hamann
Toni Polster
Ottmar Hitzfeld
Reiner Calmund
Roman Bürki
Felix Magath
Babak Rafati
Gianni Infantino
Granit Xhaka
Ivan Rakitic
Ciriaco Sforza
Markus Babbel
Joachim Löw
Alex Frei
Peter Schmeichel
Pirmin Schwegler
Timo Konietzka
Murat Yakin
Urs Meier
Vaclav Sverkos
Raul Bobadilla
Valentina Maceri
Adobowale Ogungbure
Gelson Fernandes
Noah Okafor
Pascal Erlachner
Kathrin Lehmann
Marcus Urban
Hans-Dieter Hermann

Andreas Böni
Mensch Fußballstar
Tabus, Depression, Terror, Tod und große Gefühle: Was die gefeierten Helden neben dem Platz erleben

ca. 300 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

ET: 18.08.2025
€ [D] 18,00 / € [A] 18,50
ISBN 978-3-8403-7982-6
WG 1 445 Ballsport

FUSSBALL UNZENSIERT!

+ Insider-Kenntnisse, wie die Fußball-Branche wirklich über Tabu-Themen wie Depression, Rassismus und Homosexualität denkt.
+ Medienwirksame Veröffentlichungen (u. a. *BILD-Zeitung*) und Lesungen (u. a. mit Reiner Calmund) in Planung.

Über Depression, Hass, Homosexualität und Suizid(-gedanken): In *Mensch Fußballstar* sprechen über 30 Fußballstars und Funktionäre mit Andreas Böni, Chefredakteur von *blue Sport*, so offen wie noch nie über Extremsituationen und Tabu-Themen im Fußball. So schildert Weltmeister Manuel Neuer den Moment, wie er während des Terrors von Paris im Tor stand. Und Ex-Schiedsrichter Babak Rafati beschreibt in ergreifenden Worten, wie er sich vor einem Bundesliga-Spiel die Pulsadern aufschnitt, weil er mit dem Druck als Unparteiischer nicht mehr klar kam.

@andreas.boeni
Andreas Böni
Andreas Böni

Michael Höller
Ein Stadion geht – die Legende bleibt
Meine Reisen zu den Lost Grounds Europas

ca. 320 Seiten
in Farbe
Paperback, 21,0 × 29,7 cm

ET: 18.08.2025
€ [D] 29,95 / € [A] 30,80
ISBN 978-3-8403-7945-1
WG 1 445 Ballsport

+ Für das Buch bereiste der Autor 130 Lost Grounds und machte mehr als 1.000 Bilder.
+ Das Buch ist perfekt für Fußballfans und Nostalgiker.
+ Der *kicker* führte mit ihm bereits ein Interview zu Lost Grounds.

Über den verwitterten Charme alter Tribünen und verblasster Fangesänge: *Ein Stadion geht – die Legende bleibt* ist die bewegende Reise zu den Lost Grounds Europas. Vom Bökelberg in Mönchengladbach, bekannt durch den Büchsenwurf und Pfostenbruch, geht die Reise bis zum Stadion Avangard in Prypjat (Ukraine), das – nach der Nuklearkatastrophe von Tschernobyl 1986 – die Mutter aller Lost Grounds sein könnte. Dieses Buch ist ein Werk voller Leidenschaft für den Fußball, ein Tribut an vergangene Zeiten und (fast) vergessene Fußballstadien.

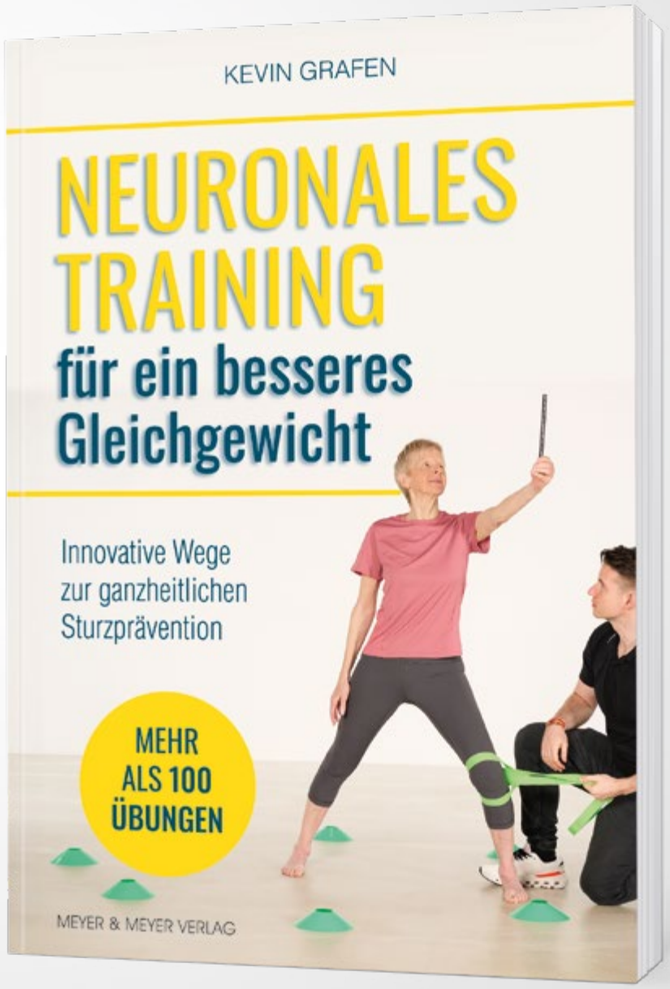
www.michas-groundhopping.de

KEINE ANGST MEHR VOR STÜRZEN

Das Buch *Neuronales Training für ein besseres Gleichgewicht* zeigt mit leicht verständlichen Erklärungen und praktischen Tipps, wie das Gleichgewichtstraining gezielt auf das Nervensystem abgestimmt werden kann, um sicherer, stabiler und selbstbewusster durchs Leben zu gehen.

Denn: Mit zunehmendem Alter wird die Angst vor Stürzen für viele Menschen ein immer präsenteres Thema. Oft wird dies auf ein nachlassendes Gleichgewicht oder eine schwächer werdende Muskulatur zurückgeführt. Die klassischen Ansätze zur Sturzprävention setzen daher auf Muskel- und Gleichgewichtstraining.

Für die ganzheitliche Betrachtung nimmt Kevin Grafen in seinem Buch das Nervensystem ins Visier. Denn auch das beste Muskeltraining bleibt ineffektiv, wenn die „Befehle" aus dem Gehirn und den Nervenbahnen nicht optimal gesteuert werden.

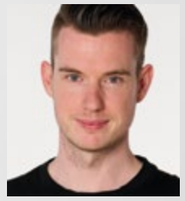


Kevin Grafen
Neuronales Training für ein besseres Gleichgewicht
Innovative Wege zur ganzheitlichen Sturzprävention

ca. 200 Seiten
in Farbe
Paperback, 16,5 × 24,0 cm

ET: 29.09.2025
€ [D] 29,95 / € [A] 30,80
ISBN 978-3-8403-7962-8
WG 1 465 Gesundheit Heilverfahren

DER AUTOR



Kevin Grafen ist studierter Sportwissenschaftler, Autor und auf angewandte Neurologie spezialisiert. Als sportwissenschaftlicher Leiter eines Gesundheitszentrums und als einer der weltweit wenigen Master Trainer von Z-Health®-Performance arbeitet er mit Patienten im therapeutischen und rehabilitativen Bereich und trainiert mit Leistungssportlern aus verschiedenen Sportarten. Deutschlandweit bildet er Physiotherapeuten, Trainer und Coaches im Bereich des neurozentrierten Trainings aus.

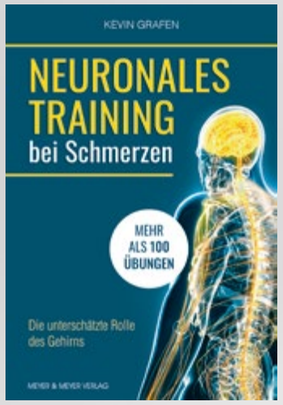
+ Die sinnvolle Ergänzung zum Muskel- und Gleichgewichtstraining.
+ Fast jede vierte Person im Alter ab 65 Jahren hat im Jahr 2022 angegeben, in den letzten 12 Monaten mindestens einmal gestürzt zu sein, fast jede zehnte Person sogar mehrmals.*
+ Für alle, die aktiv bleiben und ihre Lebensqualität auch im Alter erhalten möchten.

**** vgl. RKI Gesundheitsberichterstattung***

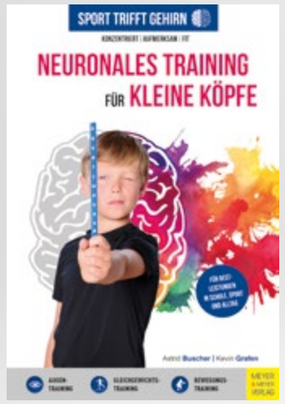
https://www.gbe.rki.de/DE/Themen/Gesundheitszustand/UnfaelleUndVerletzungen/Unfaelle/Stuerze/stuerze_node.html?darstellung=0&kennzahl=1&zeit=2022&geschlecht=0&standardisierung=0

www.neuro-dimension.de @kevin_grafen Kevin Grafen Kevin Grafen

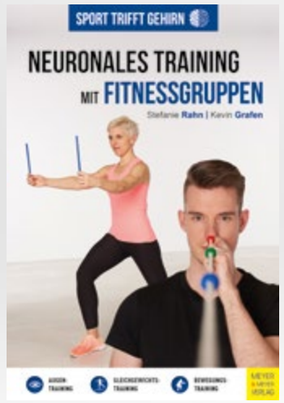
DIE ERFOLGSREIHE ZUM NEURONALEN TRAINING



Neuronales Training bei Schmerzen
ISBN 978-3-8403-7930-7
€ (D) 29,95 - € (A) 30,80



Neuronales Training für kleine Köpfe
ISBN 978-3-8403-7879-9
€ (D) 29,95 - € (A) 30,80



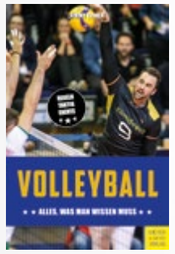
Neuronales Training mit Fitnessgruppen
ISBN 978-3-8403-7838-6
€ (D) 29,95 - € (A) 30,80

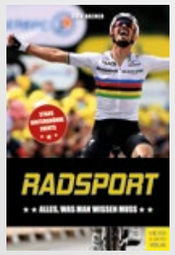
ALLES, WAS MAN WISSEN MUSS

DIE GROSSE AWMWM-AKTION

INSIDER-WISSEN FÜR FANS

DIE REIHE FÜR SPORTFANS

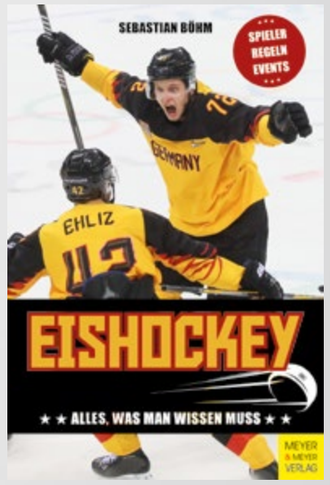




FRAGEN SIE UNSEREN AUSSENDIENST NACH ATTRAKTIVEN AKTIONS-KONDITIONEN

NEU!

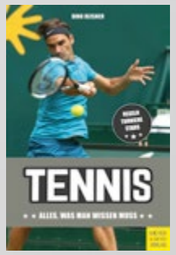
NEU!



NEU!

NEU!

NEU!



3x3 Basketball
ISBN 978-3-8403-7959-8
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

American Football
ISBN 978-3-8403-7851-5
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Badminton
ISBN 978-3-8403-7684-9
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Baseball
ISBN 978-3-8403-7859-1
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Basketball
ISBN 978-3-8403-7696-2
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Biathlon
ISBN 978-3-8403-7970-3
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Darts
ISBN 978-3-8403-7728-0
€ [D] 14,95 / € [A] 15,40

Eishockey
ISBN 978-3-8403-7693-1
€ [D] 14,95 / € [A] 15,40

Formel 1
ISBN 978-3-8403-7968-0
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Fußball
ISBN 978-3-8403-7905-5
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Golf
ISBN 978-3-8403-7786-0
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Handball
ISBN 978-3-8403-7918-5
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Hockey
ISBN 978-3-8403-7949-9
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Judo
ISBN 978-3-8403-7897-3
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Radsport
ISBN 978-3-8403-7802-7
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Rudern
ISBN 978-3-8403-7737-2
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Rugby
ISBN 978-3-8403-7647-4
€ [D] 14,95 / € [A] 15,40

Skispringen
ISBN 978-3-8403-7960-4
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

SimRacing
ISBN 978-3-8403-7964-2
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

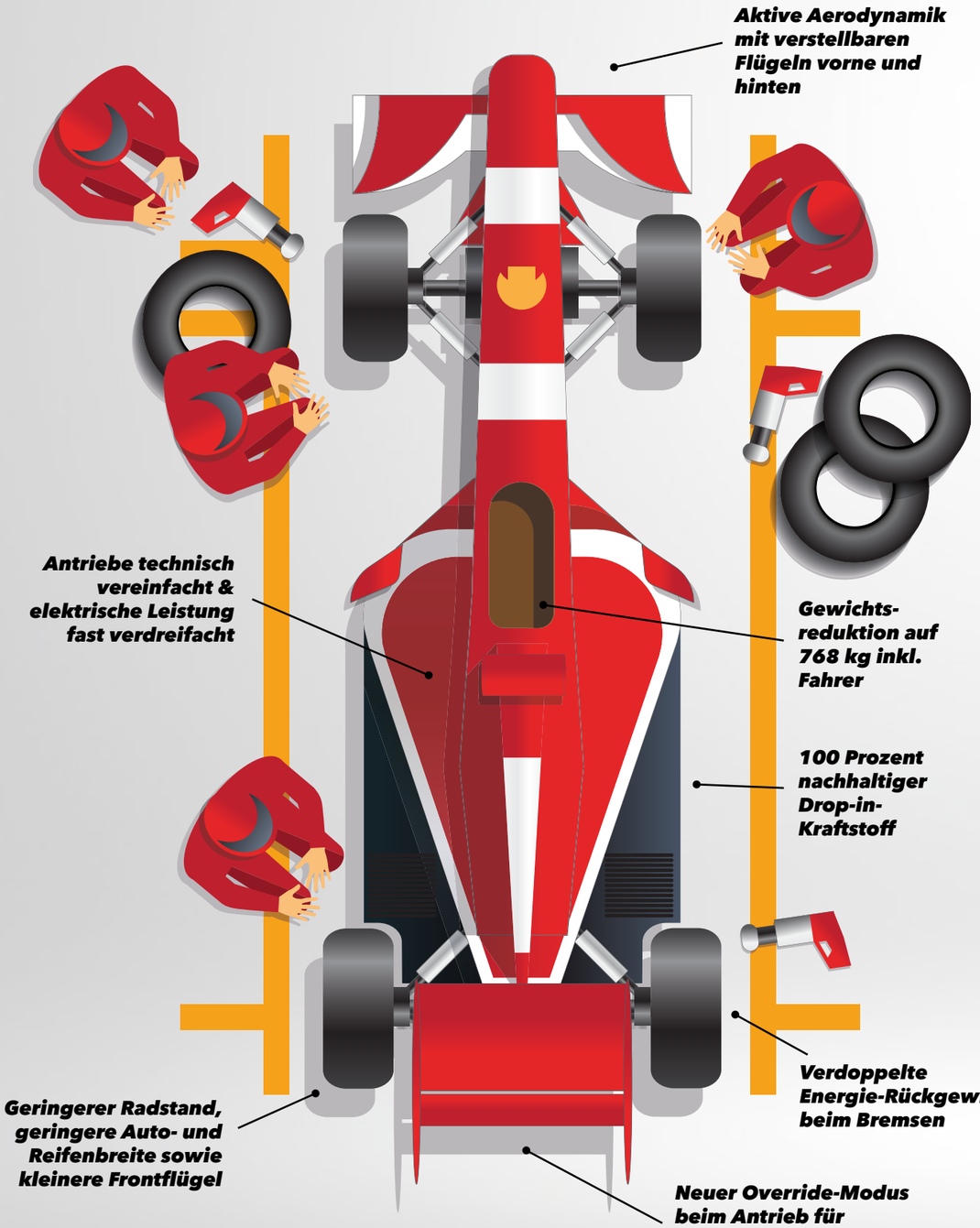
Tennis
ISBN 978-3-8403-7745-7
€ [D] 14,95 / € [A] 15,40

Triathlon
ISBN 978-3-8403-7769-3
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Volleyball
ISBN 978-3-8403-7741-9
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

FRAGEN SIE UNSEREN AUSSENDIENST NACH ATTRAKTIVEN AKTIONS-KONDITIONEN!

DIE NEUE ÄRA AB 2026



Stefan Ehlen
Formel 1 –
Alles, was man wissen muss

ca. 232 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

ET: 03.11.2025
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50
ISBN 978-3-8403-7968-0
WG 1 442 Motorsport

+ Der Autor Stefan Ehlen zählt zu den bekanntesten Formel 1-Journalisten Deutschlands.
+ Bei den Testfahrten der Formel 1 in Bahrain wurde er bei *Sky Sport Formel 1* als Experte zugeschaltet.

Formel 1 – Alles, was man wissen muss gibt Fans und Interessierten einen Einblick in die Königsklasse des Motorsports und ist gleichzeitig das erste Buch, das die Reglementänderungen und die neue Ära ab 2026 erklärt. Es thematisiert die Komponenten eines Formel 1-Autos, den Ablauf eines Rennwochenendes, die Top-Fahrer und -Teams sowie die größten Persönlichkeiten und Momente, die Formel 1-Fans kennen sollten. Abgerundet wird das Buch von einem Formel 1-ABC mit den wichtigsten Begriffen.

www.stefanehlen.de
@stefan_ehlen
Grand-Prix-Geschichte/n mit Stefan Ehlen
Stefan Ehlen
@stefan_ehlen

Luis Holuch
Skispringen –
Alles, was man wissen muss

ca. 220 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

ET: 13.10.2025
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50
ISBN 978-3-8403-7960-4
WG 1 444 Wintersport

Olympische Winterspiele 06.–22.02. 2026

+ Skispringen ist nach Fußball die beliebteste Sportart in Deutschland.
+ Ein schönes Weihnachtsgeschenk für alle Wintersport-Interessierten.
+ Das Buch erscheint in der beliebten Fan-Reihe.

Skispringen – Alles, was man wissen muss vermittelt Wintersportfans alles Wissenswerte über eine der beliebtesten Sportarten der Deutschen – beflügelt durch Erfolge von Jens Weißflog und Sven Hannawald. Sportjournalist Luis Holuch gibt dabei einen Überblick über die Skisprungschanzen, wichtige Events wie z. B. die Vierschanzentournee sowie die bekanntesten Skispringerinnen und Skispringer – inklusive faszinierender Fan-Facts pro Kapitel. Abgerundet wird das Buch von einem Skisprung-ABC.

@luisholuch
Luis Holuch

Lisa Gerth
Biathlon –
Alles, was man wissen muss

ca. 220 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

ET: 03.11.2025
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50
ISBN 978-3-8403-7970-3
WG 1 444 Wintersport

Olympische Winterspiele 06.–22.02. 2026

+ Biathlon gehört zu den Top 5-Sportarten in Deutschland.
+ Fast vier Millionen Deutsche verfolgten den diesjährigen WM-Erfolg von Franziska Preuß im TV.
+ Das Buch erscheint in der beliebten Fan-Reihe.

Biathlon – Alles, was man wissen muss vermittelt Wintersportfans alles Wissenswerte über eine der beliebtesten Sportarten der Deutschen – beflügelt durch Erfolge von Magdalena Neuner, Sven Fischer und Laura Dahlmeier. Die Sportjournalistin Lisa Gerth gibt dabei einen Überblick über die verschiedenen Disziplinen und stellt die wichtigsten Biathlon-Weltcuporte sowie die bekanntesten Biathletinnen und Biathleten vor. Abgerundet wird das Buch von einem Biathlon-ABC.

www.lisa-gerth.de
@lieblingslieschen
Lisa Gerth

Carsten Gieseler
SimRacing –
Alles was man wissen muss

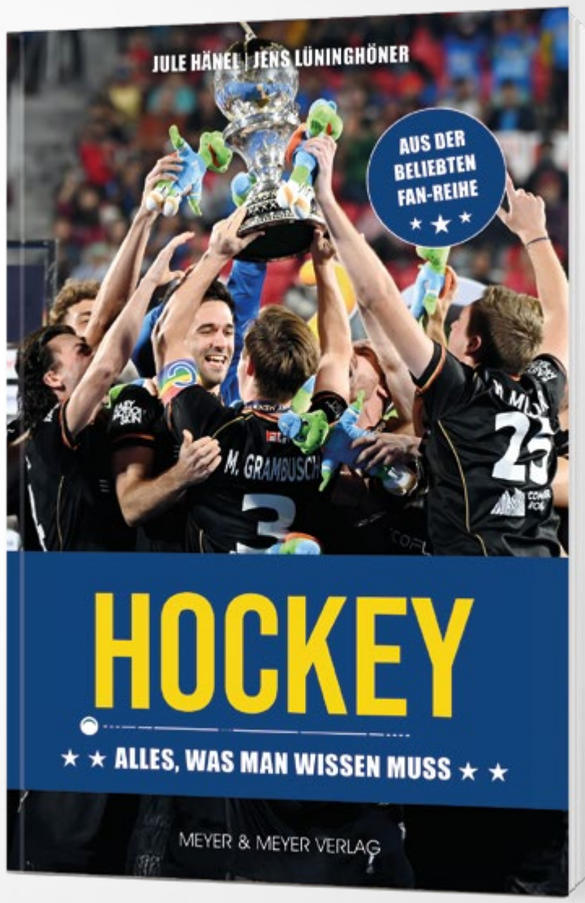
ca. 232 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

ET: 13.10.2025
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50
ISBN 978-3-8403-7964-2
WG 1 449 Sonstige Sportarten

- + Der *DMSB* erkennt SimRacing als offizielle Motorsportdisziplin an.
- + Bis 2034 soll der Rennsimulator-Markt auf 2,5 Bio. US-Dollar wachsen.
- + Formel 1-Weltmeister Max Verstappen ist aktiv im SimRacing.

SimRacing – Alles, was man wissen muss ist der Einstieg in die faszinierende Welt des virtuellen Motorsports. Das Buch thematisiert neben Ausrüstung, Techniken, Abläufen und verschiedenen Rennsimulationen auch die Fahrer, die über das SimRacing den Sprung in den Motosport schafften. SimRacing ist nicht nur ein Spiel – es verspricht stundenlangen Fahrspaß, stetige Lernfortschritte und ist zukunftsfähig. Abgerundet wird das Buch von einem SimRacing-ABC mit den wichtigsten Begriffen.

www.carlar-esports.de @carlaresports



Jule Hänel, Jens Lüninghöner
Hockey –
Alles, was man wissen muss

ca. 220 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

ET: 21.07.2025
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50
ISBN 978-3-8403-7949-9
WG 1 445 Ballsport

- + Vom 08. bis 17. August 2025 findet die Hockey-EM in Mönchengladbach statt.
- + Deutschland zählt zur absoluten Weltspitze im Hockey.
- + Hockey ist eine der erfolgreichsten Ballsportarten in Deutschland.

Hockey – Alles, was man wissen muss gibt Hockeyfans und -interessierten einen Einblick in die Sportart und behandelt alle wichtigen Aspekte des Hockeysports. Fans bekommen in der Regelkunde die wesentlichen Elemente des Sports vermittelt und erhalten zudem einen Überblick über die Techniken, die wichtigsten Events und Turniere sowie die bekanntesten Hockeyspieler*innen. Abgerundet wird das Buch von einem Hockey-ABC mit den wichtigsten Begriffen.

Maria Wolke
Ich atme, also bin ich
Wie Atmung unser Denken, Fühlen und Verhalten in Einklang bringt

ca. 200 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

ET: 13.10.2025
€ [D] 22,00 / € [A] 22,70
ISBN 978-3-8403-7977-2
WG 1 465 Gesundheit, Heilverfahren

Die richtige Atemtechnik verbessert

+ die körperliche und psychische Gesundheit und Leistungsfähigkeit,
+ die Stresstoleranz und emotionale Stabilität und
+ die Gedächtnis- und Aufmerksamkeitsleistung.

Mit *Ich atme, also bin ich* lernen die Lesenden, den eigenen Atem bewusster wahrzunehmen und das Volumen, die Frequenz sowie das Timing der Atmung aktiv zu verändern. Hierzu erklärt Autorin Maria Wolke, welche Effekte eine gezielte Atmung im Körper, im Nervensystem, im Herzen und im Gehirn mit sich bringt und zeigt auf, wie essenziell unsere Atmung für unser Leben und Wohlbefinden ist. Abgerundet wird das Buch mit der Vorstellung diverser Atem-Programme, u. a. der Wim-Hof Methode.

www.mariawolke.com/

Sandra Walkenhorst
Yoga Nidra für Kinder und Jugendliche
Nervensystem beruhigen und Resilienz stärken

ca. 152 Seiten
in Farbe
Paperback, 16,5 × 24 cm

ET: 21.07.2025
€ [D] 20,00 / € [A] 20,60
ISBN 978-3-8403-7948-2
WG 1 462 Gesundheit Yoga

WEITERE EMPFEHLUNGEN

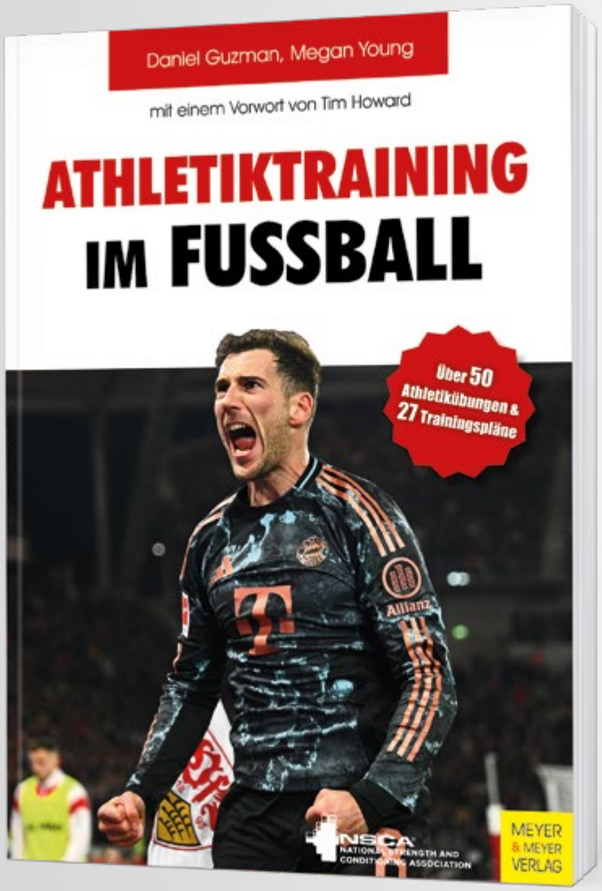
978-3-8403-7919-2
€ [D] 22,00 / € [A] 22,70

978-3-8403-7820-1
€ [D] 32,00/ € [A] 32,90

+ Das neue Buch von Sandra Walkenhorst.
+ Ein interessantes Thema für die Kinder- und Jugendarbeit.
+ Die Autorin bietet passende Ausbildungen an.

Das Buch *Yoga Nidra für Kinder und Jugendliche* gibt Eltern, Lehrenden und Psychologen wirksame Tipps und Tools an die Hand, damit Heranwachsende die wunderbaren Möglichkeiten der Ruhe und Entspannung erleben. Yoga Nidra wird auch als Schlaf der Yogis bezeichnet und wirkt harmonisierend auf körperlicher, seelischer und emotionaler Ebene. Regelmäßiges Üben hilft dabei, Stress zu reduzieren, Resilienz zu stärken und positive Glaubenssätze zu etablieren.

www.sandra-yoco.de @sandra_yoco Sandra Walkenhorst - Yoga, Pädagogik & Coaching



NSCA / Hrsg.:
Daniel Guzman, Megan Young
Athletiktraining im Fußball

ca. 280 Seiten
s/w
Paperback, 16,5 × 24,0 cm

ET: 17.11.2025
€ [D] 29,95 / € [A] 30,80
ISBN 978-3-8403-7957-4
WG 1 445 Ballsport

WEITERE EMPFEHLUNGEN

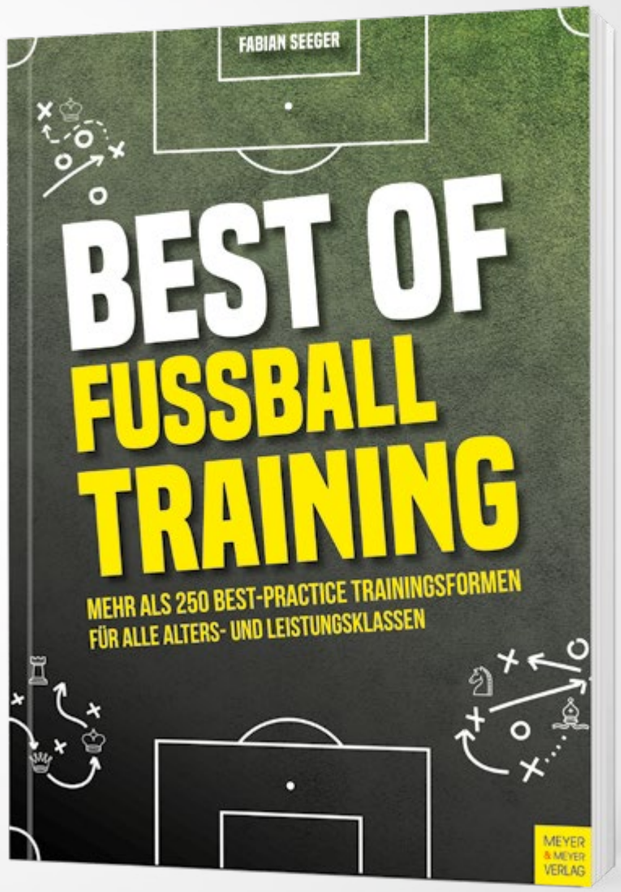
978-3-8403-7871-3
€ [D] 26,00 / € [A] 26,80

978-3-8403-7800-3
€ [D] 38,00 / € [A] 39,10

- \+ 27 Programme für das Training vor, während und nach der Saison.
- \+ Die NSCA steht für hochwertige Fort- und Weiterbildungen im Fitnessbereich.
- \+ Eine gute Athletik ist entscheidend im modernen Fußball.

Athletiktraining im Fußball vermittelt das nötige Know-How, um effektive Trainingsprogramme zur Verbesserung der Athletik zu erstellen. Basierend auf den körperlichen Anforderungen der einzelnen Positionen und Testprotokollen, lernen Trainer*innen, individuelle Programme zusammenzustellen. Das Buch stützt sich auf praktische Erfahrungen und evidenzbasierte Trainingsmethoden, die mit dem Fachwissen der *National Strength and Conditioning Association* (NSCA) entwickelt wurden.

www.nsca.com @nscaofficial



Fabian Seeger
Best of Fußballtraining
Mehr als 250 Best-Practice-Trainingsformen für alle Alters- und Leistungsklassen

ca. 280 Seiten
in Farbe
Paperback, 21,0 × 29,7 cm

ET: 21.7.2025
€ [D] 29,95 / € [A] 30,80
ISBN 978-3-8403-7976-5
WG 1 445 Ballsport

WEITERE EMPFEHLUNGEN

978-3-89899-922-9
€ [D] 29,95 / € [A] 30,80

978-3-8403-7549-1
€ [D] 35,00 / € [A] 36,00

- \+ Fabian Seegers Bücher gelten als Standardwerke für Fußballtrainer.
- \+ Dieses Buch vereint seine 250 besten Trainingsformen.
- \+ Fabian Seeger ist Leiter des NLZ beim Bundesligisten 1. FC St. Pauli.

Best of Fußballtraining beinhaltet eine Sammlung von über 250 Best-Practice-Trainingsformen, die auf der langjährigen Erfahrung und Trainingsarbeit von Bestseller-Autor Fabian Seeger beruhen. Die Trainingsformen umfassen alle relevanten Inhalte des Fußballtrainings und eignen sich für die Arbeit mit Spieler*innen aller Alters- und Leistungsklassen. Das Buch vereinfacht so die qualitative Trainingsplanung und bildet die Basis für eine ganzheitliche und nachhaltige Spielerentwicklung.

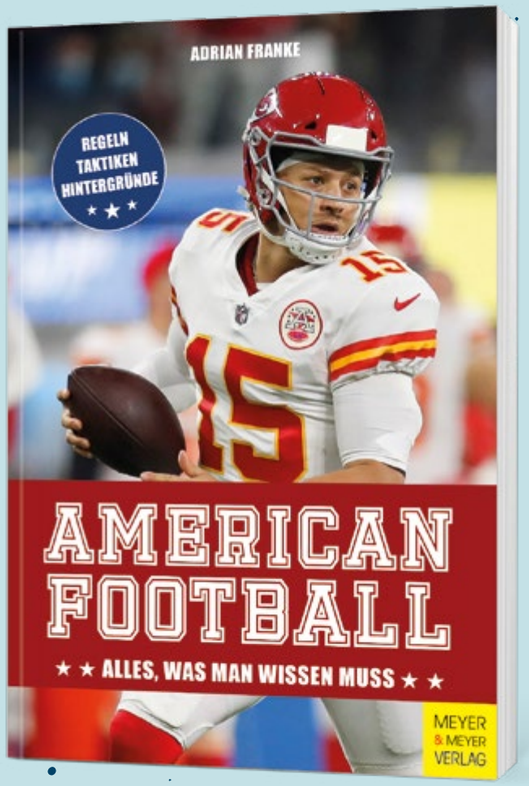
@fabian.seeger Fabian Seeger

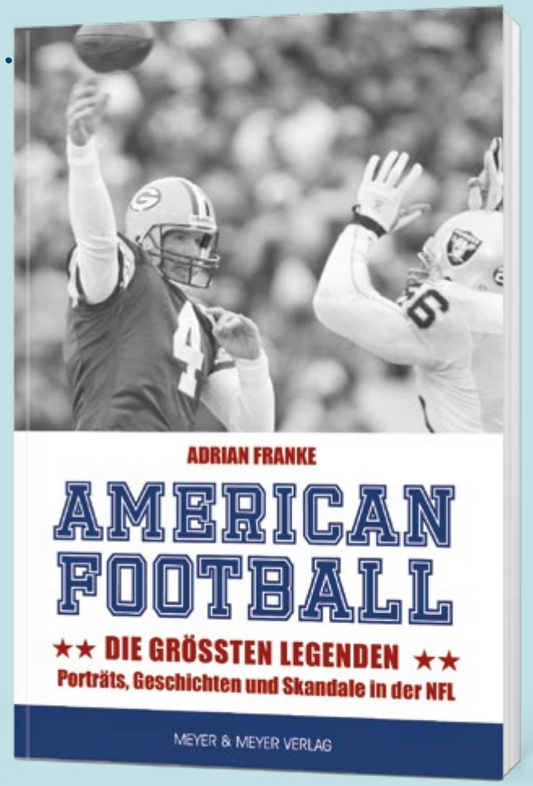
AMERICAN FOOTBALL

★★ DIE BESTEN PICKS FÜR NFL-FANS ★★

DIE GROSSE FAN-BUCH-AKTION

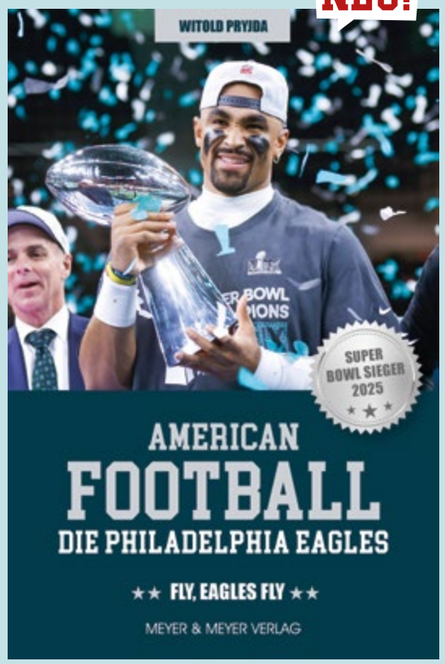
NFL-FAN-BÜCHER





NEU!

NEU!



American Football – Alles, was man wissen muss
ISBN 978-3-8403-7851-5
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

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

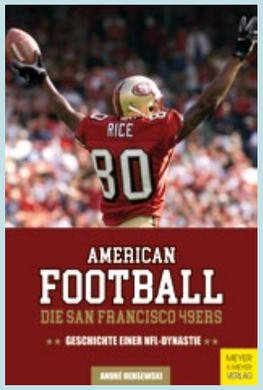
American Football: Die Philadelphia Eagles
ISBN 978-3-8403-7966-6
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60

American Football: Die Seattle Seahawks
ISBN 978-3-8403-7858-4
€ [D] 18,00 / € [A] 18,50

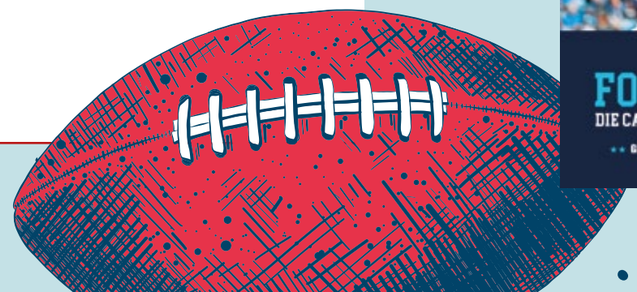
American Football: Die Carolina Panthers
ISBN 978-3-8403-7861-4
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60

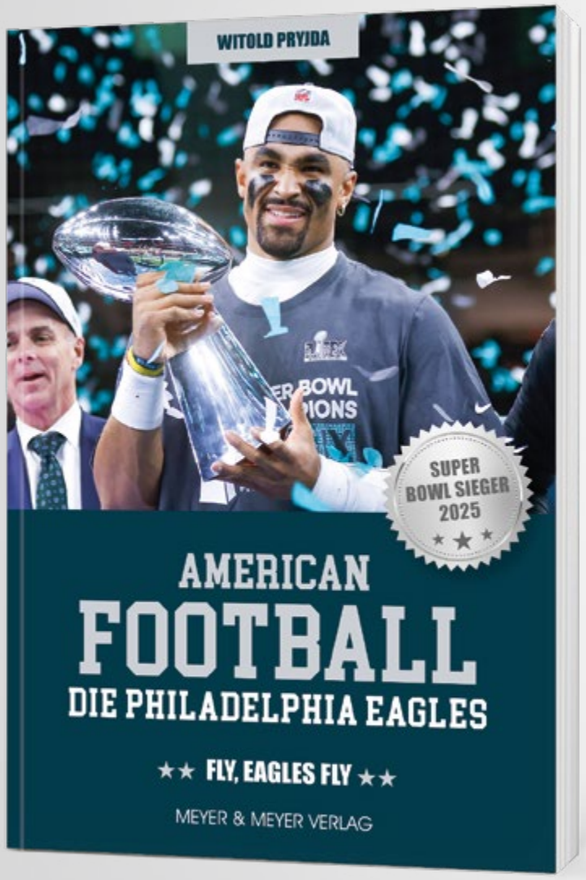
American Football: Die Kansas City Chiefs
ISBN 978-3-8403-7967-3
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60

American Football: Die San Francisco 49ers
ISBN 978-3-8403-7876-8
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60



FRAGEN SIE UNSEREN AUSSENDIENST NACH ATTRAKTIVEN AKTIONS-KONDITIONEN

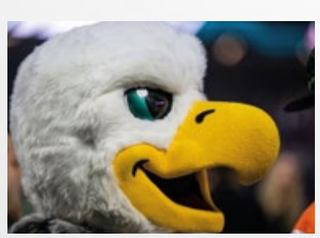




Witold Pryjda
American Football:
Die Philadelphia Eagles
Fly Eagles Fly

ca. 280 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

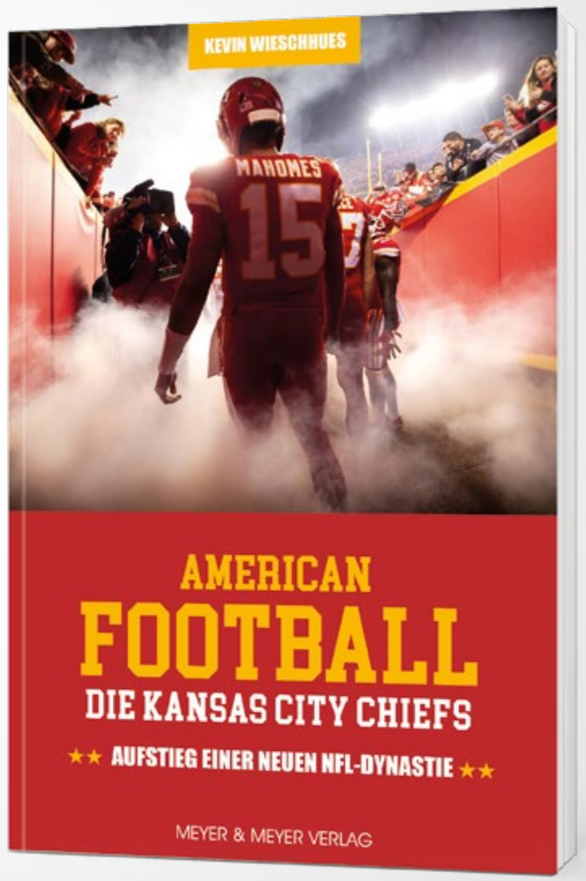
ET: 23.06.2025
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60
ISBN 978-3-8403-7966-6
WG 1 445 Ballsport



- Das erste deutschsprachige Buch über die Philadelphia Eagles.
- Durch den Super Bowl Sieg 2025 interessieren sich viele Fans für die Eagles und ihre Geschichte.
- Ein Must-Have für NFL- und Eagles-Fans.

American Football: Die Philadelphia Eagles zeichnet die fesselnde Reise des Super Bowl Siegers 2025 nach – durch die Höhen und Tiefen seiner Vereinsgeschichte. Von den bescheidenen Anfängen der Eagles in den 1930er Jahren bis hin zu den glorreichen Momenten, die mit den Super-Bowl-Siegen 2018 und 2025 gekrönt wurden, beleuchtet das Buch die legendärsten Spiele, einzigartige Fan-Momente und die dramatischsten Wendepunkte in der Historie eines der beliebtesten Teams der NFL.

@witoldpryjda @HardEyes Witold Pryjda



Kevin Wieschhues
American Football:
Die Kansas City Chiefs
Aufstieg einer neuen NFL-Dynastie

ca. 312 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

ET: 29.09.2025
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60
ISBN 978-3-8403-7967-3
WG 1 445 Ballsport

- Das erste deutschsprachige Buch über die Kansas City Chiefs.
- Die Kansas City Chiefs gehören zu den beliebtesten NFL-Teams in Deutschland.
- Die NFL kommt auch 2025 wieder nach Deutschland.

American Football: Die Kansas City Chiefs erzählt die Geschichte eines des erfolgreichsten Teams der NFL-Historie. Legendäre Spiele und unvergessliche Helden sind ebenso Teil des Buchs wie die bitteren Rückschläge, so z.B. die Super Bowl Niederlage 2025, bei der die Chiefs den historischen dritten Titel in Folge verpassten. Das erste deutschsprachige Buch über die Kansas City Chiefs ist ein Must-Have für alle NFL-Fans und Chiefs-Anhänger*innen.

@kevinnypd Kevin Wieschhues

BASKETBALL-AKTION
FÜR ALLE SPORTFANS

FRAGEN SIE UNSEREN AUSSENDIENST NACH ATTRAKTIVEN AKTIONS-KONDITIONEN

Basketball: Die Los Angeles Lakers

ISBN 978-3-8403-7963-5
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60

3x3 Basketball – Alles, was man wissen muss

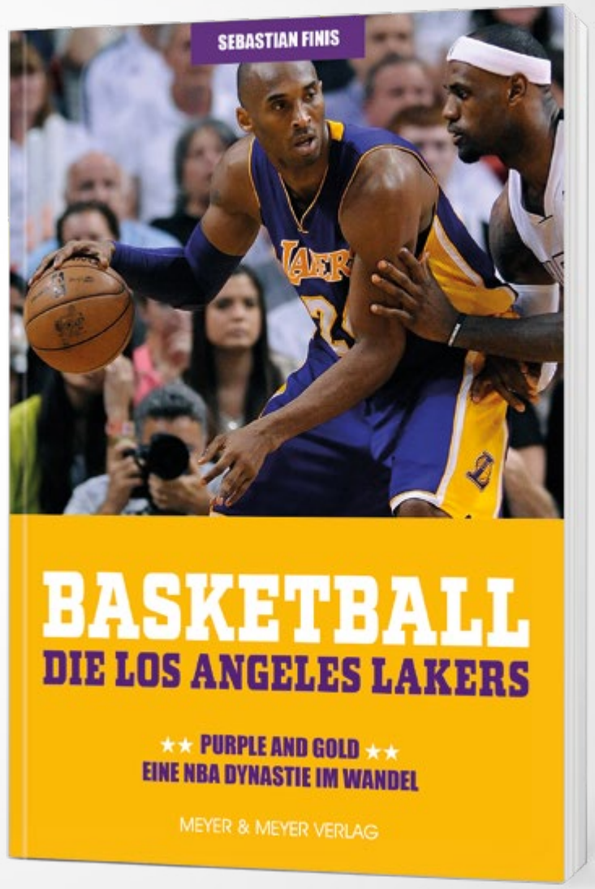
ISBN 978-3-8403-7959-8
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Basketball – Alles, was man wissen muss

ISBN 978-3-8403-7696-2
€ [D] 16,00 / € [A] 16,50

Basketball: Die größten Legenden

ISBN 978-3-8403-7740-2
€ [D] 22,00 / € [A] 22,70



Sebastian Finis
Basketball: Die Los Angeles Lakers
Purple and Gold: Eine NBA-Dynastie im Wandel

ca. 250 Seiten
s/w
Paperback, 13,6 × 20,5 cm

ET: 13.10.2025
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60
ISBN 978-3-8403-7963-5
WG 1 445 Ballsport

DER AUTOR

Als kleiner Junge tapezierte er sein Zimmer mit NBA-Spielern und sammelte mit Begeisterung NBA-Trading-Cards. Inzwischen stammen mehrere Basketballbücher aus seiner Feder.

+ Die neue erzählende Reihe für Basketball-Fans.
+ Die Los Angeles Lakers – eines der berühmtesten Teams der NBA.
+ Stars wie Jack Nicholson, Leonardo DiCaprio und Justin Bieber sind treue Anhänger.

Das Buch *Basketball: Die Los Angeles Lakers* gibt Basketballfans einen umfassenden Einblick in die Geschichte eines der beliebtesten und erfolgreichsten Teams der NBA-Geschichte. Dabei beleuchtet der Autor das kulturelle Vermächtnis, die Rolle in der Popkultur, die gegenwärtigen Herausforderungen, die größten Rivalitäten, sowie den Einfluss legendärer Spieler wie Magic Johnson, Kobe Bryant und LeBron James auf die Geschichte des Basketballs.

www.sebastianfinis.com @sebastian.finis Sebastian Finis Sebastian Finis

Jürgen Wick, Ingo Sandau & Francisco Vizcaya (Hrsg.)
Olympiaanalyse Paris 2024
Olympiazyklusanalysen und Auswertungen der Olympischen Spiele und Paralympics Paris 2024 in ausgewählten Sportarten

ca. 434 Seiten
s/w mit ca. 132 Farbseiten
Paperback, 14,8 × 21 cm

ET: 23.06.2025
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60
ISBN 978-3-8403-7981-9
WG 1 441 Sportwissenschaft

WEITERE EMPFEHLUNGEN

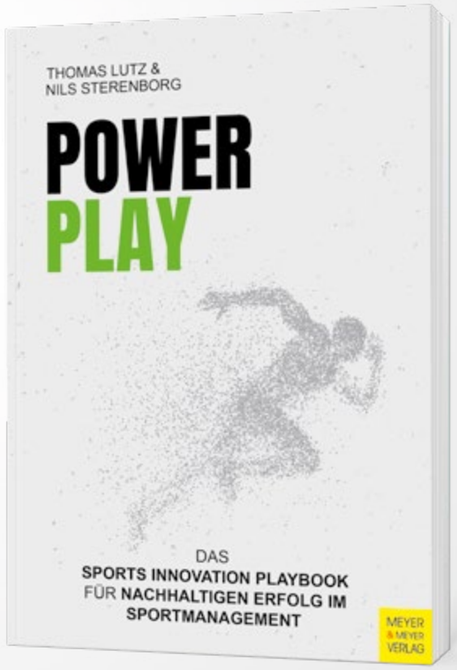
978-3-8403-7809-6
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60

978-3-8403-7776-1
€ [D] 19,95 / € [A] 20,60

- + Der neueste Band der Schriftenreihe für angewandte Trainingswissenschaft.
- + Auswertungen der Ergebnisse der Spiele in Paris.
- + Die neue Olympia-Analyse nach u. a. Peking, Tokio, Pyeongchang und Rio.

Die Olympiaanalyse 2024 bewertet die Ergebnisse der deutschen Athlet*innen, inklusive der Einordnung des Abschneidens mit Blick auf den zurückliegenden Olympiazyklus. In die Analyse sind erstmals auch ausgewählte Para Sportarten und deren Abschneiden bei den Paralympics 2024 eingeschlossen. Mit Band 20 der Schriftenreihe des Instituts für Angewandte Trainingswissenschaft setzt das Buch die seit 1992 kontinuierlich vorgelegte Reihe der Analysen von Ergebnissen der Olympischen Spiele fort.

WIE SICH DER SPORT ZUKÜNFTIG ENTWICKELT



Nils Sterenborg, Thomas Lutz
PowerPlay
Das Sports Innovation Playbook für nachhaltigen Erfolg im Sportmanagement

ca. 300 Seiten
s/w
Paperback, 16,5 × 24 cm

ET: 21.07.2025
€ [D] 29,95 / € [A] 30,80
ISBN 978-3-8403-7980-2
WG 1 441 Sportwissenschaft

Jan Kratochvil
Der Sport von morgen
Wie Künstliche Intelligenz, Biohacking oder Klimawandel die Zukunft des Sports bestimmen

ca. 320 Seiten
s/w
Paperback, 14,8 × 21 cm

ET: 03.11.2025
€ [D] 29,95 / € [A] 30,80
ISBN 978-3-8403-7978-9
WG 1 441 Sportwissenschaft

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

Marketingleitung & Verlagsprogrammentwicklung
Rene Kierchhoff
Telefon: +49 (0)241 - 95810 24
E-Mail: rene.kierchhoff@m-m-sports.com

Social Media

Facebook
www.facebook.com/MeyerMeyerVerlag

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

linkedin
http://www.linkedin.com/company/meyer-meyer-verlag/

MEYER & MEYER VERLAG

Printed in Germany | Bestell-Nr. 4004
Irrtum, Programm- und Preisänderungen vorbehalten,
Stand April 2025

© Meyer & Meyer Fachverlag & Buchhandel GmbH

Grafiken / Illustrationen: stock.adobe.com; S.4: Luise Walther; Cover S.5: Luise Walther; Cover S.7: Stefan Bohrer (Toni Polster), Henning Ross Fotografie (Reiner Calmund), Toto Marti/Blick; S.8: Michael Höller; S.9 Cover: Michael Höller; S. 10-11: Mira Hampel; S. 15 Cover: XPB Images; S. 16 Cover: picture alliance/dpa; S. 17 Cover: picture alliance/dpa; S. 18 Cover: Nürburgring eSports Bar; S. 19 Cover: picture alliance/dpa; S. 20 Cover: Adobe Stock; S.21 Cover: Silke Schuster & Adobe Stock; S. 22 Cover: picture alliance/dpa; S. 23 Cover: Adobe Stock; S. 26 Cover: imago; Fotos S. 26: picture alliance/dpa | Maximilian Haupt (2); S. 27 Cover: imago ; S. 27: picture alliance/dpa | Arne Dedert, picture alliance/dpa | Andreas Arnold; S. 29 Cover: picture alliance/dpa; S. 29 Foto: Sebastian Finis; S. 30 Cover: picture alliance/dpa; S. 31 Cover (1): Adobe Stock; S. 31 Cover (2): Designed by Freepik

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

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:
Christel Graumann
Tel.: + 49 (0) 170-8019508
Fax: +49 (0)221-92428 232
graumann@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

Sachsen- Anhalt, Sachsen, Schleswig- Holstein, Thüringen:
Stephanie Hoffmann
Tel.: +49 (0)221 / 92 428 – 233
Fax: + 49 (0)221 / 92 428 - 232
hoffmann@forum-independent.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
Markus Vonarburg
Mobil: +41(0) 79 / 572 08 34
m.vonarburg@kcmail.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

Herbst 2025 unter:
download.m-m-sports.com/catalogs/MuM_Fall_2025.pdf

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