

บรรณานุกรม

- งานทดสอบสมรรถภาพทางกาย กองวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย. *เกณฑ์มาตรฐานสมรรถภาพทางกายประชาชนไทย*. การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2543.
- งานสมรรถภาพกีฬา กองวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย. *การทดสอบความสมบูรณ์ทางกายนักกีฬา*. การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2542.
- ชูศักดิ์ เวชแพศย์ และ กันยา ปาละวิวัฒน์. *สรีรวิทยาการออกกำลังกาย*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ธรรมการพิมพ์, 2536.
- ฐิติกร ศิริสุขเจริญพร. *วิทยาศาสตร์การกีฬา*. กรุงเทพฯ : สถาบันราชภัฏสวนดุสิต, 2540
- ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย. *การฝึกสมรรถภาพทางกาย*. กรุงเทพฯ : ไทยมิตรการพิมพ์, 2536
- ฝ่ายเทคนิคกรีฑา สมาคมกรีฑาสมัครเล่นแห่งประเทศไทย. *เทคนิคการฝึกซ้อมวิ่ง ระยะกลาง, ระยะไกล, มาราธอน*. สมาคมกรีฑาสมัครเล่นแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์, 2541.
- พีระพงษ์ บุญศิริ. *สรีรวิทยาการออกกำลังกาย(วิทยาศาสตร์การกีฬา)*. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2532
- พีระพงษ์ บุญศิริ. *สรีรวิทยาการออกกำลังกาย(วิทยาศาสตร์การกีฬา)*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2538
- ศิริรัตน์ หิรัญรัตน์. *สมรรถภาพทางกายและทางกีฬา (ฉบับปรับปรุงใหม่)*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539.
- Dudley, Gary A. et al., *Incompatibility of endurance and strength-training modes of exercise*. J. Appl. Physio. 59(5):1446-1451, 1985.
- Ekblom, BÖrn et al., *Effect of training on circulatory response to exercise*. J. Appl. Physio. 24(4): 518-528, 1968.

- Favier, R. J. et al., *Endurance exercise training reduces lactate production*. J. Appl. Physio. 61(3): 885-889, 1986.
- Foss, Merle L. and Keteyian, Steven J., *Fox's Physiological Basis for Exercise and Sport*. 6th ed. USA. :McGraw – Hill Companies., 1998.
- Fox, Edward L. et al., *Frequency and duration of interval training programs and changes in aerobic power*. J. Appl. Physio. 38(3):481-484, 1975.
- Fox, Edward L. et al., *Metabolic energy sources during continuous and interval running*. J. Appl. Physio. 27(2):174-178, 1969.
- Hanson, John S. and William H. Nedde., *Long-term physical training effect in sedentary females*. J. Appl. Physio. 37(1):112-116, 1974.
- Hickson, R. C. et al., *Linear increase in aerobic power induced by a strenuous program of endurance exercise*. J. Appl. Physio. 42(3):372-376, 1977.
- Janssen, Peter G.J.M., *Training Lactate Pulse – rate*. 6th ed. Finland : Oy Liitto., 1995.
- José Manuel Ballesteros. *Basic Coaching Manual*. England : IAAF., 1992.
- Martin, David E. and Coe, Peter N., *Better training for Distance Runners* .2nd ed. Human-Kinetics Publishers., 1997.
- Powers, Scott K. and Howley, Edward T., *Exercise Physiology* : Brown & Benchmark Publishers, 1997.
- Rushall, Brent S., *Programming Considerations for physical Conditioning*. California : Sports Science Association., 1999.
- Sale, D. G. et al., *Interaction between concurrent strength and endurance training* .J. Appl. Physio. 68(1): 260-270, 1990.
- Saltin, Bengt, and Per-Olof Åstrand., *Maximum oxygen uptake in athletics*. J. Appl. Physio. 23(3):353-358, 1967.

Tabata, Izumi et al. *Effects of moderate-intensity endurance and high-intensity intermittent training on anaerobic capacity and VO₂max*. Med. Sci. Sports Exerc. 28:1327 - 1330, 1996

Viru, Atko, *Adaptation in Sports training*. Florida : CRC Press, Inc., 1995.

Williams, Keith R. and Peter R. Cavanagh., *Relationship between distance running mechanics, running economy and performance*. J. Appl. Physio.63(3): 1236-1245, 1987.

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University