บรรณานุกรม

ชูศักดิ์ เวชแพศย์ (2528). **ระบบไหลเวียนเลือด**. สรีรวิทยาของการออกกำลังกาย. กทม., เทพรัตน์การพิมพ์: 33-51.

นพดล ปัญสุวรรณ (2549). **การฝึกแบบ Pilates ในผู้ที่ปวดหลังเรื้อรัง**. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหวและการออกกำลังกาย).

ปฐมรัตน์ ศักดิ์ศรี, ศรีวรรณ ปันติ, และคณะ (2544). **ผลของการฝึกการออกกำลังกายแอโนบิคในผู้สูงอายุ**. ภาควิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

อาทิตย์ พวงมะลิ (2547). **แนวคิดหลักของการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของระบบแกนกลางร่างกาย**. การออกกำลังกายแบบใหม่สไตล์ Pilates Body Conditioning (Health and Wellness with the Physiotherapy). สาขาวิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

อาทิตย์ พวงมะลิ, อุบล พิรุณสาร, และคณะ (2550). **การวิเคราะห์การบาดเจ็บและการฟื้นฟูสภาพเพื่อความเป็นเลิศของนักกีฬายกน้ำหนักทีมชาติไทย**. รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์เสนอต่อการกีฬาแห่งประเทศไทย 87-113.

Aguilar X and Fiz JA (1996). **Maximum inspiratory and expiratory pressure have no daytime variation**. Respir Med 90(4): 231-33.

Astrand PO, Rodahl K (2003). **Textbook of work physiology physiological bases of exercise**. body fluids, blood and circulation. Champaign, Human Kinetics: 154-61.

Belardinelli R and Georgiou D (1995). **Low intensity exercise training in patients with chronic heart failure**. J Am Coll Cardiol 26: 975-82.

Chen H and Kuo C (1989). **Relationship between respiratory muscle function and age, sex and other factor**. Eur J Appl Physiol 66(2): 943-48.

Choukroun ML, Kays C (1993). **Respiratory muscle function in trained and untraind adolescents during short-term high intensity exercise**. Eur J Appl Physiol 67(1): 14-19.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Escamilla RF, Fleisig GS (1998). **Biomachanics of the knee during closed kinetic chain exercise**. Med Sci Sports Exerc 30(4): 556-69.

Franklin BA, Whaley MH (2000). **ACSM's guidelines for exercise testing and prescription**. Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins: 27-30

Fulambarker A, Farooki B (2012). **Effect of yoga in chronic obstructive pulmonary disease**. Am J Ther 19: 96-100.

Gibson GJ (1995). **Measurement of respiratory muscle strength**. Respir Med 89: 529-35.

Hagins M, Adler K (1999). **Effects of practice on the ability to perform lumbar stabilization exercise**. JOSPT 29(9): 549-55.

Herrignton L and Davies R (2005). **The influence of pilates training on the ability to contract the transversus abdominis muscle in asymptomatic individuals**. J Body Movt Ther 9: 52-57.

Jardim JR and Camelier A (2007). **Strength and endurance of the respiratory and handgrip muscles after the use of flunisolide in normal subjects**. Respir Med 101(7): 1594–99.

Klonizakis M and Winter E (2011). **Effects of arm-cranking exercise in cutaneous microcirculation in older,sedentary people**. Microvasc Res. 81(3): 331-36.

Lamb DR (1978). **Physiology of exercise response and adaptation**. New York, Macmillan Publishing Company: 230-47

Lange C, Unnithan V (2000). **Maximizing the benefits of pilates-inspired exercise for learning function motor skills**. J Body Movt Ther: 99-108.

Loke J, Mahler DA (1982). **Respiratory mumscle fatigue after marathon running**. Eur J Appl Physiol 54(4): 821-24.

Lomax ME and Mcconnell AK (2003). **Inspiratory muscle fatigue in swimmers after a single 200 m swim**. J Sports Sci 21(8): 659-64.

Macwilliam JA (1933). **Postural effect on heart-rate and blood-pressure**. Exper Phys 23: 1-33.

Majahalme S, Turjanmaa V (1997). **Blood pressure responses to exercise as predictors of blood pressure level after 5 years**. Am J Hypertens 10(1): 106-16.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Mcardle WD, Katch FI (2000). **The Cardiovascular system and exercise**. Essentials of exercise physiology. E. Johnson. Washington Lippincott Williams & Wilkins: 264-94.

Mulhearn S and George K (1999). **Abdominal muscle endurance and its association with posture and low back pain**: An inntial investigation in male and female elite gymnasts. Phys Ther. 85: 210-60.

Muscdino JE and Cipriani S (2004). **Rehabbilitation and core stability: pilates and the power house**. J Body Movt Ther: 15-24.

Panjabi MM (1992). **The stabilization system of the spine Part1: function, dysfunction, adaptation, and enhancement**. J Body Movt Ther: 383-89.

Papazachou O and Anastasiou M (2007). **Pulmonary function at peak exercise in patients with chronic heart failure**. Int J Cardiol 118: 28-35.

Petrofsky JS, Morris A (2005). **Muscle use during exercise: a comparison of conventional weight equipment to pilates with and without a resistive exercise device**. J Appl Res 5: 160-73.

Phrompaet S, Paungmali A (2011). **Effects of pilates training on lumbo-pelvic stability and flexibility**. J Sports Med 2(1): 16-22.

Rochester DF (1988). **Test of respiratory muscle function**. Clinical Chest Medicine: 249-261.

Scanlan CL, Spearman CB (1995). **EGAN's Fundamentals of respiratory care**. St.Loius, Mosby Year Book Inc: 90-9

Schroeder JM, Crussemeyer JA (2002). **Flexibility and heart rate response to an acute pilates reformer session**. Med Sci Sports Exerc 34(5): 258.

Scott KP and Edward TH (2007). **Exercise physiology theory and application to fitness and performance**. New York: 334-7

Sonetti DA and Wetter TJ (2001). **Effects of respiratory muscle training versus placebo on endurance exercise performance**. Respir Physiol 127: 185–99.

Spilde SA, Porcari JP (2005). **Physiological responses to pilates and yoga training**. JCR 25(5): 308.

Suzuki S, Suzuki J (1991). **Expiratory muscle fatigue in normal subjects**. J Appl Physiol 70(6): 2632-39.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

Thompson WR, Gondon NF (2010). **ACSM's guidelines for exercise testing and precription health appraisal and risk assessment**. Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins. 30: 5-6.

Wallace J (2005). **Principles of cardiorespiratory endurace programming**. ACSM's resource manual for guidelines for exercise testing and prescription. L. Kaminsk. London, Lippincott William & Wilkins: 336-46.

Wilmore JH and Costill DL (1999). **Physiology of sport and exercise**. Champaign, Human Kinetics: 123-7

Wohlfahrt D, Jull GA (1993). **The relationship between the dynamic and static function of abdominal muscle**. Aust J Physiother 39: 9-13.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved