

PŘÍLOHY

Příloha č. 1 Seznam obrázků, tabulek a grafů

Obr. č. 1 *Zapojení různých metabolických systémů v závislosti na čase*

Obr. č. 2 *Spotřeba glukózy*

Tabulka č. 1 *Zdroje a funkce vitaminů rozpustných v tucích*

Tabulka č. 2 *Účinky a onemocnění způsobené špatným dávkováním vitaminů*

Tabulka č. 3 *Zdroje a funkce vitaminů rozpustných ve vodě*

Tabulka č. 4 *Účinky a onemocnění způsobené špatným dávkováním vitaminů*

Tabulka č. 5 *Zdroje a funkce minerálních látek*

Tabulka č. 6 *Pohybové aktivity z hlediska intenzity fyzického zatížení*

Tabulka č. 7 *Charakteristika výzkumného souboru Crossfit*

Tabulka č. 8 *Charakteristika výzkumného souboru Veslování*

Tabulka č. 9 *Hodnoty příjmu energie*

Tabulka č. 10 *Hodnoty příjmů bílkovin*

Tabulka č. 11 *Hodnoty bílkovin na 1000 kcal*

Tabulka č. 12 *Hodnoty živočišných bílkovin na 1000 kcal*

Tabulka č. 13 *Hodnoty rostlinných bílkovin na 1000 kcal*

Tabulka č. 14 *Hodnoty příjmu ovoce, zeleniny, nasycených a polynenasycených
mastných kyselin*

Tabulka č. 15 *Hodnoty příjmu ovoce a zeleniny na 1000 kcal*

Tabulka č. 16 *Hodnoty příjmu nasycených a polynenasycených mastných kyselin na
1000 kcal*

Graf č. 1 *BMI*

Graf č. 2 *Porovnání průměrného příjmu energie*

Graf č. 3 *Porovnání energetického příjmu*

Graf č. 4 *Příjem bílkovin*

Graf č. 5 *Příjem živočišných a rostlinných bílkovin*

Graf č. 6 *Příjem živočišných bílkovin*

Graf č. 7 *Příjem rostlinných bílkovin*

Graf č. 8 *Příjem ovoce a zeleniny*

Graf č. 9 *Zastoupení mastných kyselin ve stravě skupiny Crossfit*

Graf č. 10 *Zastoupení mastných kyselin ve stravě skupiny Veslařů*

Graf č. 11 *Příjem nasycených mastných kyselin*

Graf č. 12 *Příjem polynenasycených mastných kyselin*

Graf č. 13 *Příjem přidaných cukrů*