

Abstrakt

Diplomová práce se zabývá významem přírodních adaptogenů, cílem této práce je poskytnout ucelený pohled na dané téma a dále blíže prozkoumat mnou vybrané adaptogeny se zaměřením na jejich možné účinky v kontextu podpory sportovního výkonu za pomoci dostupných studií. Jedná se o teoretickou práci, která byla zpracována pomocí literární rešerše.

Klíčová slova : adaptogeny, adaptogenní byliny, tonika, tonické byliny, sportovní výkon, regenerace, vitánie snodárná, Ženšen, rozchodice růžová