

Abstrakt

- Název:** Veslování jako prostředek ke zlepšení tělesné zdatnosti u nevidomých
- Cíle:** Zjistit vliv veslařského tréninku na tělesnou zdatnost nevidomých osob a deskripce nevidomého veslaře.
- Metody:** Pro výzkum byly vybráni 3 probandi, muži ve věku od 30-50 let. K nasbírání empirických dat měření byla použita sada testů baterie EUROFIT-TEST a časy zaznamenané na vzdálenost 2 km na veslařském trenažeru, tyto data poskytl veslařský kluk Paprsek z Ústí nad Labem.
- Výsledky:** Během dvouměsíčního veslařského tréninku bylo zaznamenáno zlepšení tělesné zdatnosti nevidomých veslařů. Testování pomocí baterie EUROFIT-TEST a časy zaznamenané na vzdálenost 2 km na veslařském trenažeru ukázaly, že dochází až na výjimku ke korelaci těchto výsledků.
- Závěr:** Veslařský trénink dokáže pozitivně ovlivnit tělesnou zdatnost nevidomých veslařů, korelace těchto pozitivních změn se též projevuje na časech naměřených na veslařském trenažeru (2 km distance). Dochází také k pozitivnímu ovlivnění, co se somatických změn týče.
- Klíčová slova:** nevidomost, veslařský trénink, změny tělesné zdatnosti, prevence, testová baterie