

OPRAVNÝ LIST – ERRATA

Téma bakalářské práce: Porovnání českého a norského modelu tréninkové přípravy reprezentačních týmů mužů ve veslování

Str.17 – 1. odstavec, 2. věta

V tuto chvíli je nutné dostat loď do co nejplynulejšího pohybu a je důležité, aby byly lopatky vyjmuty kolmo z vody.

Str.18 – Somatické faktory

William H. Sheldon určil tři základní tělesné typy: Endomorf, Mezomorf a Ektomorf.

Endomorf je jedinec podsadité postavy se sklonem k ukládání podkožního tuku, se silnými a těžkými kostmi. Snadno nabírá hmotnost, má však problém s vyrýsováním svalstva.

Mezomorf je jedinec od přírody svalnatá až atletická postava. Široká ramena, klenutý hrudník, úzký pas. Má přirozenou velkou sílu. Svaly jsou velké a zároveň vyrýsované.

Ektomorf je jedinec, který má dlouhé a tenké kosti, plochý hrudník, úzká ramena, prakticky bez podkožního tuku. Má problém s nabíráním hmotnosti, rychlý metabolismus.

Str.22 – 1. odstavec, 1. věta

Taktiku může závodník během závodu řešit i prostřednictvím různých měřících přístrojů od různých výrobců, které mají řadu funkcí. Přístroj, sleduje například rychlost lodě, srdeční frekvenci, počet záběrů za minutu a průměrnou rychlost na 500 m.

Str.23 – Funkční ukazatele

Maximální spotřeba kyslíku VO_{2max}

VO_{2max} je hodnota, která udává maximální množství kyslíku, které může tělo využít při fyzické námaze. Je to důležitý ukazatel aerobní vytrvalosti a celkové kardiovaskulární kondice. VO_{2max} se obvykle měří v mililitrech kyslíku spotřebovaných za minutu na kilogram tělesné hmotnosti, která je měřená v ml/kg/min. Vyšší VO_{2max} znamená lepší schopnost těla využít kyslík a vykonávat práci nebo sportovní aktivitu na vyšší úrovni.

Absolutní VO_{2max} se měří v l/min.

Relativní VO_{2max} se měří v ml/kg/min.

Str.40 – Tabulka 16

(Zdroj: vlastní), tabulka vychází ze zdrojů (Fiskerstrand, 2003) (Nolte et al., 2021).

Str.42 – Graf 2

(Zdroj: vlastní), graf vychází ze zdrojů (Vabroušek, 2022), (Český veslařský svaz, 2013).

Str.44 – Obrázek 1

Borgova škála upravená českým reprezentačním týmem

Str.24 – 1. odstavec

Laktát je přirozeně se vyskytující organická sloučenina produkovaná v těle každého jedince. Za určitých podmínek je při svalových kontrakcích laktát odpadním produktem. V jiných případech může být zdrojem energie. Laktát je přítomen ve svalech, v krvi a v dalších tělesných orgánech. Laktát je důležitý pro správné fungování celého organismu. Často je s laktátem spojován termín kyselina mléčná. (Accusport a Olbrechta, 2023)

Str.41 – 1. odstavec, 1. věta

Z tabulky je zřejmé, že některé zóny jsou si v koncentraci laktátu číselně podobné.

Str.20 – 1. odstavec, 2. věta

Průměrná výška finalistů M1x z Olympijských her 2016 je 194,33 cm a jejich průměrná hmotnost je 94,16 kg.

Str.35 – 1. odstavec pod tabulkou 15

V tabulce 15 Larkman (2020) uvádí 5 tréninkových zón. Každá zóna odpovídá procentům maximální srdeční frekvence a je slovně charakterizována.

Str.36 – Cíle

Vytvoření inspirativního zdroje informací pro trenéry a závodníky na základě odlišností norského a českého modelu sportovní přípravy ve veslování. Studie by měla pomoci trenérům a závodníkům zlepšit vhléd do současné sportovní přípravy těch nejlepších světových veslařů a poskytnout model pro vytváření tréninkových plánů.

Str.43 – 2. odstavec, 2. věta

Norský model se řídí podle svých objemových charakteristik za RTC. Tyto objemy jsou předepsané a norští veslaři se podle nich řídí. Objemové charakteristiky za rok pro jednotlivé věkové kategorie, udává níže publikovaná tabulka 17.

Str.24,25 – Tabulka 6 a 7

Junioři 17 - 18 let, senioři 19 let a starší, veteráni 27 let a starší.

Str.40 – Tabulka 16

Koncentrace laktátu (mmol/l)

Abstrakt – výsledky, 2. věta

Podle dostupných dat využívá český reprezentační tým menší počet tréninkových zón a v rámci tréninku se sledují jiné hodnoty.

Str.22- poslední podnadpis

Srdeční frekvence (SF)

Minutová srdeční frekvence (SF) je nejčastěji používaným ukazatelem zatížení kardiovaskulárního systému. Reaguje na intenzitu stresu a externí vlivy. Přesnou hodnotu SF můžeme získat detekcí elektrických impulzů srdce pomocí sporttesteru nebo elektrokardiografu (EKG). Palpační metodou se získává tzv. tepová frekvence (TF), ta se mnohdy nejen vlivem chyby měření nerovná SF. Srdeční frekvence je hodnota, která udává počet dokončených srdečních cyklů za 1 minutu, a měříme ji v klidu, během zátěže a její minimální a maximální hodnotu. (Novotný, 2014)

Seznam použité literatury

ACCUSPORT, Kniha a Kniha Jana OLBRECHTA, 2023. Bibliografie týkající se laktátu.

NOVOTNÝ, Jan, 2014. *Zátěžové testy ve sportovní medicíně. Fyziologické testy reakce a adaptace člověka* [online] [vid. 2023-06-22]. Dostupné z: <https://publi.cz/books/132/index.html?secured=false#Test>