

ABSTRAKT

Název práce:

Sportovní trénink vojenského pětibojaře v krosovém běhu a jeho specifika.

Cíl práce:

Analýza pohybu sportovce při krosovém běhu a deskripce rozhodujících determinant pro výkon v této disciplíně.

Metody:

Práce představuje přehledovou studii

Výsledky práce:

Výsledkem naší práce je provedení popisné analýzy krosového běhu. Určení vnějších a vnitřních faktorů, které působí na sportovce a ovlivňují jeho výkon. Deskripce ideálního somatotypu krosového běžce pro vojenský pětiboj.

Klíčová slova:

Krosový běh, struktura výkonu, vytrvalost, sportovní trénink