

Diplomová práce je zaměřena na změny klidového energetického výdeje při redukčních režimech. Porovnávala jsem 2 skupiny osob. Ženy s redukčním režimem a muže po silovém tréninku. V mé práci se potvrdilo, že u žen došlo ke snížení váhy, a tím i ke snížení klidového energetického výdeje. U mužů naopak došlo k mírnému nárůstu, který ale není signifikantní. Ve skupině mužů nedošlo k redukci hmotnosti, což si vysvětluji změnami ve složení těla (zejména zvýšení FFM) při zachování původní váhy.