

## **Abstrakt**

### **Název práce**

Komparace efektivity rozcvičení florbalistů

### **Cíle práce**

Zjistit, které z vybraných druhů rozcvičení má největší vliv na rychlostní výkon florbalisty.

### **Metoda**

Data pro komparaci efektivity rozcvičení budou dosažena pomocí srovnávací studie, kdy probandi podstoupí různé druhy rozcvičení. Probandi budou testováni testovou baterií, která je součástí kondičních testů české reprezentace. Využity budou fotobuňky zapůjčené od České florbalové unie.

### **Výsledky**

Zobrazují efektivitu jednotlivých druhů rozcvičení florbalistů.

### **Klíčová slova**

Rozcvičení, dynamický strečink, florbal, experiment, komparace