

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