

Abstrakt

Název: Kondiční trénink u hráčů volejbalu v juniorském věku

Cíl práce: Hlavním cílem bakalářské práce je vyhodnocení užitého kondičního tréninku pro juniorské hráče volejbalu.

Metody: V bakalářské práci byly využity metody měření a pozorování s následným vyhodnocením získaných dat, za pomoci analyticko-syntetických postupů a metody komparace.

Výsledky: Výsledky přináší efektivitu využitého kondičního tréninku pro juniorské hráče volejbalu. Budou se zabývat vstupními a výstupními daty.

Klíčová slova: Pohybové schopnosti, herní činnosti, volejbal, trénink, hráč.