

# Abstrakt

## Název práce:

Doplňky sportovní výživy ve stravě českých veslařů juniorské kategorie

## Cíl práce:

Objasnit roli doplňků sportovní výživy ve stravě vrcholových veslařů juniorské kategorie v České republice

## Metoda:

Byla provedena analýza současných vědeckých poznatků v oblasti výživy veslařů v souvislosti s fyziologickým charakterem jejich výkonu a možností podpořit tento výkon cíleným podáváním doplňků výživy pro sportovce.

Ke zjištění osobních pocitů závodníků byly provedeny řízené rozhovory s deseti účastníky juniorského mistrovství světa ve veslování v čínském Pekingu v roce 2007.

## Výsledky:

Všichni vrcholoví veslaři juniorské kategorie v ČR využívají ve své výživě doplňky stravy. Kromě doplňků vhodných pro jejich věkovou kategorii však užívají i takové, které z důvodů nejasného zdravotního vlivu odborníci nedoporučují. Přestože všichni vrcholoví veslaři juniorské kategorie v ČR doplňky stravy užívají, o fyziologických důvodech zařazení doplňků do své výživy nemají jasnou představu a rovněž neumí objektivně vyhodnotit jak a zdali jim doplněk stravy pomáhá zlepšit sportovní výkon.

**Klíčová slova:** veslování, suplement, doplňky výživy pro sportovce,