

Abstrakt

Název: Porovnání tréninkové přípravy reprezentantek rychlostní kanoistiky v juniorském a seniorském věku

Cíle: Hlavním cílem práce bylo na základě literárních zdrojů a analýzy tréninkových deníků porovnat tréninkovou přípravu rychlostních kajakářek, reprezentantek v juniorském a seniorském věku.

Metody: Jedná se o výzkumnou práci, která sbírá a analyzuje data z tréninkových deníků rychlostních kajakářek a metodologických publikací. Jednalo se o 5 kajakářek, reprezentantek v juniorském i seniorském věku. Pro sběr dat jsme použili kvantitativní analýzu. Následně jsme výsledky hodnotili kvalitativně.

Výsledky: Podařilo se nám porovnat u všech respondentek hodnoty z jejich deníků s teoretickými východisky. Některé kajakářky měly relativně ideální přestup z juniorek do seniorek, u některých se naopak zmenšil tréninkový objem. U těch, které neměly přestup dokonalý, se nám podařilo přijít na důvod, proč tomu tak bylo. Většinou se jednalo o jev, kdy kajakářka dosáhne vrcholu své kariéry v juniorkách.

Klíčová slova: Kajakářky, sportovní trénink, tréninkový deník, sport žen, přestup do dospělé kategorie, roční tréninkový cyklus