

## **Abstrakt**

**úvod:** V teoretických poznatcích práce je stručně rozebrána anatomie, kineziologie a fyziologie dýchání, funkční vyšetření plic a dále je zde kapitola o inspiračních dechových trenažérech. Experimentální část zkoumá vliv třítydenního tréninku s inspiračním trenažérem Coach2 na parametry výměny dýchacích plynů v klidu a v zátěži u zdravých jedinců.

**metody:** Výstupní a kontrolní vyšetření zahrnovalo především spirometrické vyšetření a spiroergometrické vyšetření. Experimentální soubor tvořilo 10 jedinců, kontrolní soubor tvořilo 9 osob.

**výsledky:** Naše výsledky ukazují především na signifikantní zvýšení FVC, snížení dechové frekvence na submaximálních intenzitách zátěže, zvýšení dechové frekvence v maximální zátěži a zvýšení dechového objemu na všech úrovních zatížení. Dále došlo ke zvýšení minutové ventilace v maximální zátěži průměrně o 15,17 litrů. Kontrolní skupina zlepšení nevykazovala.

**závěr:** Zdá se, že trénink s trenažérem Coach2 může být efektivní pro ovlivnění některých ventilačních parametrů v klidu i v zátěži.