

## **Abstrakt**

**Název:** Fyziologické zatížení při chůzi a při Nordic Walkingu

**Cíl práce:** Porovnat fyziologické zatížení s holemi (Nordic Walkingu) a bez holí při rychlostech 4 km.h<sup>-1</sup> a 6 km.h<sup>-1</sup> a sklonu svahu 0 a 10 %.

**Metoda:** Nepřímá kalorimetrie, otevřená spirometrie

**Výsledky:** Podařilo se prokázat, že při Nordic Walkingu dochází ke zvýšení energetické náročnosti, spotřeby kyslíku a ventilace při rychlosti 4 km.h<sup>-1</sup> a 6 km.h<sup>-1</sup> a obou sklonech svahu.

**Klíčová slova:** Nordic walking, chůze, ventilace, srdeční frekvence, energetická náročnost, spotřeba kyslíku, rychlost lokomoce