

Abstrakt

Název práce: Porovnání přípravy v běhu na lyžích v České republice a v Norsku

Cíle práce: Cílem diplomové práce bylo získat informace o tréninkové přípravě norských běžců na lyžích a jejich porovnání s přípravou běžců na lyžích v České republice. Zabývali jsme se možností aplikace norské metodiky trénování do tréninkového systému v České republice ve vztahu ke zdejšími podmínkám.

Metoda práce: V diplomové práci byla použita metoda dotazníku, pozorování a obsahové analýzy dokumentů.

Výsledky práce: Vyhodnocení a porovnání výsledků z dotazníků zpracované do tabulek a grafů. Vyhodnocení pozorování a tréninkové dokumentace v českém oddílu Olfín Car – Vella Trutnov a v norském oddílu Holmen IF Langrenn.

Klíčová slova: Běh na lyžích, systém tréninkové přípravy, metodika tréninku