

V teoretické části je popsán chůzový cyklus u klasické chůze a u Nordic walking, Nordic walking jako pohybová aktivita a v závěru kapitoly krokoměr SILVA Pole Mate II po technické stránce. Cílem experimentu bylo srovnání citlivosti různých druhů krokoměrů u Nordic walking. Srovnávali jsme krokoměry Digiwalker SW 200, SILVA Pole Mate II a Omron HJ-720. Dále jsme srovnávali přesnost krokoměrů na třech různých površích: trávě, asfaltu a štěrk. Experimentu se zúčastnilo celkem 23 probandů (15 žen a 8 mužů). Experiment probíhal v parku, kde byly tyto tři povrchy vedle sebe. Výsledky byly statisticky zpracovány. Ukázalo se, že z krokoměrů, které byly připevněny na holi, měří nejpřesněji krokoměr SILVA Pole Mate II. Krokoměry měřili přesněji na levé holi, než na pravé holi a průměrná nejmenší chyba byla zaznamenána na trávě. Krokoměry určené pro nošení na trupu měřily nepřesně (RO krokoměru Digiwalker SW 200 = 92%, RO krokoměru Omron HJ 720 = 22%). Tyto krokoměry jsou tedy nevhodné pro nošení na holích.