

## **Abstrakt**

**Název práce:** Ověření přístroje Cyclus 2 pro hodnocení výkonnosti a trénovanosti v triatlonu

**Cíl práce:** Cílem je ověřit vhodnost přístroje Cyclus 2 pro zátěžovou diagnostiku triatlonistů a navrhnout jeho využití pro hodnocení výkonnosti a trénovanosti v průběhu RTC.

**Metody:** Práce má kvalitativní charakter s prvky popisu a explorace.

**Výsledky:** Výsledkem práce je vytvoření přehledu vhodných testů pro analýzu trénovanosti a výkonnosti v triatlonu a jejich zařazení v průběhu RTC. Dále pak přeložení uživatelského rozhraní přístroje do češtiny a vytvoření manuálu k jeho ovládání v češtině.

Jako nejvhodnější test pro diagnostiku trénovanosti a výkonnosti v triatlonu považujeme OBLA test, který podává cenné informace o nárůstu výkonnosti v průběhu celého ročního tréninkového cyklu. Dalším vhodným testem pro triatlonisty je Wingate test, ověřující schopnost práce svalů v anaerobním režimu. Test maximální kadence, maximální síly a CPI test nejsou pro zátěžovou diagnostiku triatlonistů příliš důležité, ovšem mohou být využity pro získání celkového pohledu na úroveň cyklistického výkonu. Conconiho test může být využit jako jednodušší, ale méně přesná alternativa OBLA testu.

**Klíčová slova:** cyklistika, diagnostika, vytrvalost