

Abstrakt:

Název:

Porovnání míry zatížení při přesunech na lyžích a sněžnicích v upraveném terénu.

Cíle práce:

Na základě srdeční frekvence zjistit a porovnat míru zatížení a energetického výdeje při přesunu v upraveném terénu ve třech různých rychlostech za použití sněžnic a lyží.

Metoda:

Kvantitativní měření srdeční frekvence a energetického výdeje pomocí sporttestru a intrapersonální komparativní analýza hodnot naměřených na lyžích a na sněžnicích.

Klíčová slova:

Srdeční frekvence, energetický výdej, sněžnice, skialpinistické lyže, Armáda České republiky, přesuny na sněhu a ledu.