

## **Abstrakt**

**Název:** Možnosti sportovní přípravy MMA v Praze

**Cíle:** Hlavním cílem této diplomové práce je shrnout literární poznatky o možnostech sportovní přípravy MMA v Praze, charakteristika MMA, historii, pravidlech a druzích MMA. Dále má charakterizovat jednotlivé složky sportovního tréninku zápasníků v porovnání s možnostmi v zahraničí.

**Metody:** Metodou sběru informací bylo studium dostupné literatury, zmapování území Prahy se zaměřením na veškeré možnosti tréninku MMA, rozhovory a osobní sdělení konkrétních trenérů.

**Výsledky:** Zjistili jsme, že možnosti sportovní přípravy a vybavení jednotlivých pražských tělocvičen jsou na stejné úrovni v rámci České republiky. V porovnání s úspěšným zahraničním klubem jsou značné rozdíly jak v přístupu k přípravě, tak v možnostech tělocvičen.

**Klíčová slova:** MMA, sportovní trénink, bojové umění, tělocvična