

Abstrakt

- Název:** Efekty aplikace stélek ve sportovní obuvi na aerobní kapacitu hráčů fotbalu.
- Cíle:** Zjistit efekty aplikace stélek Bootmatetsi na aerobní výkonnost hráčů fotbalu.
- Metody:** Výzkumný soubor zahrnoval hráče fotbalu (mladší dorost) v kategorii U16 (n=19). Pro ověření intervenčního účinku stélek Bootmatetsi byl použit Yo-Yo intermitentní zotavovací test Level 1. Pro subjektivní vnímání tělesné zátěže v průběhu pretestu a posttestu byla použita patnáctistupňová Borgova škála 6 - 20. Pro hodnocení pohodlnosti stélek Bootmatetsi byla použita pětibodová Likertova škála. Data byla zpracována pomocí Microsoft Office Excel 2010.
- Výsledky:** Aplikace stélek Bootmatetsi do fotbalové obuvi zajistila významné zlepšení aerobního výkonu v porovnání se stélkami od originálního výrobce (d=1,1). Výkon se průměrně zlepšil o 24%, tzn. průměrné zvýšení VO₂max o 2,43 ml.min⁻¹.kg⁻¹. Současně byly stélky Bootmatetsi hodnoceny výzkumným souborem jako pohodlné.

Klíčová slova: stélky, Bootmatetsi, aerobní kapacita, VO₂max