

## **Abstrakt**

### **Název práce:**

Cyklistika - využití wattmetru v závodě.

### **Cíle:**

Cílem práce je prokázat využitelnost wattmetru v závodě, kde figurují proměnné podmínky a zjistit, ve kterých případech je vhodné se řídit pomocí wattů a kdy nikoliv.

### **Metody:**

Práce je koncipována jako kvantitativní výzkum. Pro sběr dat bylo použito dotazníku s otevřenými odpověďmi.

### **Výsledky:**

Výzkum potvrdil využitelnost wattmetru i v závodě. Nejčastěji wattmetr slouží k pozávodní analýze dat (92 %). K jeho využití přímo v závodní činnosti se vyslovilo 79 % cyklistů k informativním účelům a dále se 67 % jezdců řídí pomocí wattových údajů. Největší uplatnění nachází měřiče v časovce a samostatném delším výkonu, jako je jízda do kopce nebo únik. Výsledky ukázaly zásadní rozdíl mezi výkonnostními a vrcholovými cyklisty u kritického výkonu. Celkem 83 % výkonnostních cyklistů uvedlo, že se často řídí svými kritickými hodnotami u výkonu delšího patnácti minut, zatímco všichni vrcholoví cyklisté svůj kritický výkon pravidelně přesahují.

### **Závěry:**

Cyklisté, využívající wattmetr v tréninku, používají měřič i k závodním účelům. Pro výkonnostní cyklisty se nachází většího uplatnění wattmetru v závodní činnosti z důvodu častější samostatné jízdy. Jako námět pro další výzkum se ukazuje sběr dat od profesionálních závodníků World Tour, které by vedly k širší generalizaci výsledků a zajímavému srovnání.

### **Klíčová slova:**

cyklistika, wattmetr, trénink, soutěže