

## Abstrakt

### **Název diplomové práce:**

Využití vyšší nadmořské výšky v OH cyklu 2004-2008 (na příkladu veslování)

### **Cíle práce:**

Dílčím cílem této práce je shrnout vybrané publikované informace k problematice tréninku ve vyšší nadmořské výšce a její využití ve veslování. Hlavním cílem pak prakticky ověřit teorie využití tréninku ve vyšší nadmořské výšce na příkladu veslování za pomoci vyhodnocení biochemické analýzy. Dalším dílčím cílem bude zjistit, zda trénink ve vyšší nadmořské výšce může pozitivně ovlivnit výkonnost veslaře v OH cyklu 2004-2008.

### **Metodika práce:**

Na základě teoretických znalostí získaných z nastudované literatury k dané problematice jsme plánovali tréninkové kempy ve vyšší nadmořské výšce ve čtyřletém olympijském cyklu. Podle daných úkolů a cílů jednotlivých období v RTC jsme volili vhodnost využití tréninkových kempů ve vyšší nadmořské výšce.

Během tréninkových pobytů ve vyšší nadmořské výšce jsme za pomoci biochemických analýz ověřovali využití tréninku ve vyšší nadmořské výšce v praxi.

### **Výsledky práce:**

Výsledky sledování vnitřního prostředí a krevního obrazu za pomoci biochemie ukázali, že výška je limitující pro trénink. Přesto však může mít trénink ve vyšší nadmořské výšce pozitivní vliv na závodní výkonnost v nížině, jelikož adaptační změny se projevují v komplexní odezvě organismu na hypoxii a jsou patrné i při návratu do nížin.

### **Klíčová slova:**

Aklimatizace, adaptace, hypoxie, nadmořská výška, vysokohorské prostředí, vysokohorský trénink