

Abstrakt

- Název:** Aplikace CSS (Critical Swimming Speed) v plaveckém trenažéru
- Cíle:** Cílem naší pilotní studie bylo zjistit, zda zatížení při plavání rychlostí odpovídající ANP ve flumu na stupni ověřeném akreditovaným pracovištěm je úměrné zatížení při plavání rychlostí odpovídající ANP v bazénu.
- Metody:** Pro ověření stanoveného cíle jsme stanovili u každého probanda rychlost odpovídající anaerobnímu prahu pomocí protokolu Critical Swimming Speed. Následně jsme sledovali hodnoty krevního laktátu a srdeční frekvence při plavání stanovenou rychlostí v bazénu a posléze ve flumu. Naměřené hodnoty jsme porovnali.
- Výsledky:** Zjistili jsme, že zatížení ve flumu je výrazně nižší, než zatížení v bazénu. Dále jsme zjistili, že proudění vody ve flumu není konstantní.
- Klíčová slova:** flum, plavání, plavecký trenažér, laktát, kraul, critical swimming speed