

Abstrakt

Název: Sport a pohybové aktivity seniorů, stav a podpora ve městě Cheb

Cílem diplomové práce je prozkoumat, jaký způsob života upřednostňují senioři v Chebu, jaké fyzické úrovně dosahují a jaké specifické programy a možnosti pro trávení volného času se pro tuto specifickou skupinu obyvatel v Chebu organizují. Provedený průzkum poskytuje odpovědi především na otázky vztahující se k úrovni fyzické aktivity seniorů, míry začlenění cvičení do životního stylu, motivaci a stanovování cvičebních cílů, vnímání vlastního zdraví a spokojenosti se svým životem. Výsledkem práce jsou poté návrhy, které by mohly pomoci zapojit větší množství seniorů do aktivního způsobu života a návrhy, které by mohly zvážit zavedené organizace věnující se práci se specifickou skupinou seniorů.