

## **Abstrakt**

V bakalářské práci je představena moderní gymnastika. Jsou zde popsány jednotlivé části pravidel, etapy sportovního tréninku, faktory ovlivňující sportovní výkon a dále definovány pohybové schopnosti. V praktické části je řešena otázka úrovně pohybových schopností v různých věkových kategoriích závodnic moderní gymnastiky, rozdělených podle etap sportovního tréninku. Výzkumné měření bylo prováděno na závodnicích z oddílu SK MG Slovan Plzeň.