

ABSTRAKT

Název práce:

Srovnávací studie predikčních rovnic pro výpočet hodnoty 1-RM u dřepu a mrtvého tahu

Cíl práce:

Na základě komparace získaných dat s predikčními rovnicemi vyhodnotit nejpřesnější rovnici pro výpočet 1- RM v dřepu a mrtvém tahu.

Výzkumný soubor:

Výzkumný soubor tvoří 30 profesionálních vojáků AČR. Jedná se o muže ve věku 20-40 let se zdravotní klasifikací A.

Použité metody:

Komparační metoda s využitím experimentálního testování.

Výsledky:

Vzájemnou komparací dat jsme zjistili, že nejpřesnější predikční rovnice pro výpočet 1- RM v dřepu a mrtvém tahu je od autorů O'Conner et al. Dřep byl predikován s hodnotou korelačního koeficientu $r = 0,975$ a mrtvý tah s hodnotou $r = 0,951$.

Klíčová slova:

dřep, mrtvý tah, 1- RM, predikční rovnice, korelační koeficient.