

Abstrakt

| | |
|---------------------------|---|
| Název bakalářské práce: | Rekreační veslování jakou forma volnočasové pohybové aktivity |
| Zpracoval: | Dan Omcirk |
| Vedoucí bakalářské práce: | Mgr. Pavel Hráský, Ph.D. |
| Cíle práce: | Zjistit, z jakého důvodu si respondenti vybírali rekreační veslování jakou svou volnočasovou pohybovou aktivitu. Jaké má pro ně veslování přínosy, popřípadě negativní vlivy na subjektivní stav respondenta. |
| Metodika práce: | Pro výzkum bylo použito anketního šetření 3 veslařských oddílů. Anketu vyplnilo celkem 32 respondentů ve věku od 23 do 75 let, z toho bylo 18 mužů a 14 žen. |
| Výsledky práce: | Účastníci anketního šetření uvádí pozitivní změny vlivem rekreačního veslování. Mezi ně patří například rozvoj kondičních předpokladů. Rekreační veslování není lékaři téměř doporučováno, jako volnočasová pohybová aktivita. Rekreační veslování není podmíněno věkem cvičenců. |
| Klíčová slova: | tělesná zdatnost, pohybová aktivita, pohybová inaktivita, veslování, vytrvalostní předpoklady, silové předpoklady |