

PLAN WYKŁADÓW

z Diagnostyki w sporcie – blok fizjologiczny dla studentów IIIr. studiów stacjonarnych kierunku Sport

1. Wydolność fizyczna – pojęcie, czynniki determinujące
2. Wskaźniki wydolności fizycznej ($VO_2\max$, PPA) – pojęcia, czynniki determinujące, zastosowanie w diagnostyce sportowej
3. Zmęczenie, rodzaje zmęczenia. Przetrenowanie organizmu