

Anaeróbna kapacita

Autor *Michal Bábela*

Vytvorené 30/03/2010 - 00:00

Definícia

Schopnosť organizmu vykonávať pohybovú činnosť, lebečnej aktivity, pri prevládajúcej anaeróbnej abkavari energii pri nedostatku príjmu kyslíka. Je charakterizovaná prítomnosťou a úrovňou hladiny laktátu v krvi, podielom pH a veľkosťou kyslíkového dflu po ukončení zaťaženia. Rozvoj tejto schopnosti je zmlžený u detí. Schopnosť rozvíjať anaeróbnu kapacitu sa zlepšuje postupom veku jedinca. Vrchol dosahuje medzi 22 až 26 rokom života jedinca. Pri rozvoji tejto schopnosti existujú markantné rozdiely medzi pohlaviami, keď dievčatá výrazne zaoštrujú za chlapcami.

URL adresa zdroja: <https://www.sportency.sk/encyclopеды/?q=content/anaer%C3%B3bna-kapacita>