

Aeróbny prah

Zverejnené na Národná encyklopédia športu Slovenska (<https://www.sportency.sk/encyclopedy>)

Aeróbny prah

Autor *Michal Bábela*

Vytvorené 04/01/2012 - 13:44

Definícia

predstavuje intenzitu zaťaženia, pri ktorej prestáva výlučne aeróbne energetické krytie, čo sa prejaví narušením normálnej hladiny krvného laktátu (koncentrácia krvného laktátu okolo 2 mmol.l⁻¹)

Zdroj

Hamar D., Lipková J. Fyziológia telesných cvičení. Bratislava: Fakulta telesnej výchovy a športu Univerzity Komenského, 2008.

Autor

prof.MUDr.Dušan Hamar, CSc., doc.MUDr.Jana Lipková, PhD

Výskyt

fyziológia telesných cvičení, športový tréning, testovanie výkonnosti

URL adresa zdroja: <https://www.sportency.sk/encyclopedy/?q=content/aer%C3%B3bny-prah>