**Fyziologický profil sportovce**

Sport: hokej

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Svaly** | **Reakční změny** | **Adaptační změny** | **Monitoring změn** |
|  | Zvýšený tonus | Hypertrofie svalů |  |
|  | Prokrvení | Vaskularizace |  |
|  | + aktivace mot. jednotek | Rychlá:pomalá 80:20 |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| **Kardiovaskulární systém** | + TK | Sportovní bradykardie |  |
|  | Tachykardie (+TF) | Koncentricko-excentrická hypertrofie |  |
|  | + Q | + Qs |  |
|  | + EF |  |  |
|  | Redistribuce krve |  |  |
|  |  |  |  |
| **Respirační systém** | + DF | + mitochondrie |  |
|  | + DO | * DF v klidu |  |
|  | + VO2 | + VO2max |  |
|  | + VE | + DO v klidu |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| **Neuro-humorální systém** | Stresové hormony | + testosteron |  |
|  | + Glukagon |  |  |
|  | + aldosteron |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| **Enzymy** | + aktivita |  |  |
|  | Laktátdehydrogenáza |  |  |
|  | pyruvátkináza |  |  |
|  | MK (myokináza) |  |  |
|  | CK (kretinkináza) |  |  |
|  |  |  |  |
| **Energetický systém** | Anaerobní glykolýza | + anaerobní kapacita |  |
|  | + La | + ATP-CP ve svalech |  |
|  |  | + glykogen |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| **Somatotyp** | mezomorf |  |  |

Rizika skolióza, jednostranné zatížení -> dysbalance, ztráta zubů, přetížené adduktory a kolenní struktury