

Badanie: relacja między siłą rak i szybkością sprintu w bezkroku

Autor: skiffpace - 11/22/2019 11:03

www.jssm.org/hfabst.php?id=jssm-18-798.xml

Tłumaczenie google (lekko poprawione)

„W ostatnich latach rośnie znaczenie wyników bezkroku (DP) w odniesieniu do wyników w klasycznych wyścigach narciarstwa biegowego (XCS). Do tej pory stosowano różne podejścia do przewidywania wydajności DP, ale brakuje wiedzy na temat tego, w jaki sposób ogólne parametry wytrzymałościowe są powiązane z parametrami wydajności DP zebranymi w sytuacjach testowych. Dlatego celem tego badania było określenie związku między ogólnymi pomiarami siły różnych segmentów górnej części ciała a pomiarami siły narciarza podczas ćwiczenia sprintu DP. Ponadto obliczono wiele regresji liniowych w celu określenia mocy predykcyjnej zmiennych dotyczących wydajności sprintu DP, reprezentowanej jako prędkość maksymalna. Trzynastu nie elitarnych narciarzy biegowych wykonało dwa sprinty DP o długości 60 m z maksymalną prędkością na torze tartanowym przy użyciu nartorolek. Ponadto przeprowadzono testy maksymalnej izometrycznej i koncentrycznej wytrzymałości na dynamometrze napędzanym silnikiem z czterema głównymi segmentami górnej części ciała (zgięcie / wyprost tułowia, wyprost barku / łokcia). Szczególnie średnia siła narciarza i parametry testu wytrzymałościowego korelowały znacząco ($r \geq 0,615$) we wszystkich z wyjątkiem jednego porównania. Jednak analizy regresji ujawniły, że ani parametry siły narciarza ($R^2 = 0,455$), ani izometryczne ($R^2 = 0,456$), ani dynamiczne ($R^2 = 0,596$) parametry testu wytrzymałości nie mogły znacząco przewidzieć wydajności DP. Badanie to wykazało, że standardowe oszacowania siły izokinetycznej mogą być wykorzystane do oszacowania możliwości siłowych u sportowców XCS. **Jednak parametry testu siły biegacza nie przewidywały znacząco maksymalnej prędkości podczas ćwiczenia sprintu DP**

, co można przypisać nieelitarniej grupie badanej.”

ostatnie kilka słów trochę neguje sens całego badania, ale zawsze coś.

=====