

RELACIJE VISINE I TEŽINE KAO ZNAČAJAN FAKTOR USPJEHA U BRZOM HODANJU

Sažetak

Brzo hodanje je sportska disciplina koja od sportaša zahtijeva posjedovanje određenih morfoloških značajki koje odstupaju od uobičajeno praćenih svojstava u trenažnim sesijama kako bi se osigurali uslovi za postizanje vrhunskog rezultata. Srbija ima relativno mali broj sportaša koji prate takmičenja u brzom hodanju, tj. u sportu za koji se pretpostavlja da animira i privlači veći broj takmičara budući omogućava takmičenja ali isto tako i rekreativno bavljenje. Cilj ovog rada je da predstavi neke relacije visine i težine kod hodača koji su ostvarili vrhunski rezultat na svjetskom prvenstvu. Ovi rezultati mogu koristiti trenerima u sportu i sportskim stručnjacima u selekciji djece za hodanje. Bilo je uključeno 55 elitnih hodača. Dobiveni rezultati ukazuju na to da je prosječna visina 176.51 +/- 5.52 cm, a tjelesna masa 64.85 +/- 5.02 kg. U skladu sa prosječnom vrijednošću BMI (body mass index) od 20.80 +/- 1.07 kg/m², hodači pripadaju skupini koja je na donjoj granici "normalnih" osoba. Ovi sportaši imaju prosječno manju masu od 5 kg u poređenju sa "idealnom" masom izračunatom po Lorenzovoj formuli.

Ključne riječi: brzo hodanje, visina, težina, masa tijela
