

АНТРОПОМЕТРИЈСКО ТЕСТИРАЊЕ МУШКЕ РУКОМЕТНЕ КАДЕТСКЕ РЕПРЕЗЕНТАЦИЈЕ ОБАВЉЕНО ЈУЧЕ У ПОДГОРИЦИ



Анализа параметара метаболизма

Професори Факултета за спорт и физичко васпитање Универзитета Црне Горе обавили су антропометријско тестирање мушке рукометне кадетске репрезентације Црне Горе уочи Медитеранског првенства, које се одржава од 18. до 24. фебруара. Тим је у Подгорици на припремама, а тестирање ће указати на перформансе метаболизма пред пет утакмица које их очекују у свега три дана, након чега слиједи разигравање за пласман. Тестирање су обавили професори проф. др Душко Бјелица, мр Јован Гардашевић и мр Иван Васиљевић. Професори су размијенили искуства са селектором мушке рукометне репрезентације Браном Божовићем, директором Драшком Мрваљевићем и тренером Милошем Кнежевићем који су задужени за стручни рад ове рукометне селекције.

Континуирана дијагностика, планирање и програмирање тренажног процеса, важни су због постизања врхунских резултата. Свуда у свијету, па и код нас, доказана је велика потреба за праћењем трендова развоја нових технологија и њихових достигнућа, а у оквиру антропометријског тестирања уз Танита вагу, доприноси се планирању индивидуалних тренинга, како појединих рукометаша, тако и цијеле екипе, казао је професор Бјелица.

Мјерењем помоћу Танита ваге, урађена је анализа параметара метаболизма рукометаша. У оквиру ове брзе и неинвазивне методе, процијењен је састав тијела рукометаша, у погледу структуре, садржаја масти, мишићне и коштане масе, као и вриједности кожних набора на појединим сегментима тијела.