

| SPORT1 TYP ZÁTĚŽE (KONTINUÁLNÍ, INTERVALOVÁ) | SPORT2 | SPORT3 | SPORT4 |
|---|--------|--------|--------|
| TRVÁNÍ VÝKONU | | | |
| INTENZITA ZATÍŽENÍ | | | |
| METABOLICKÉ KRYTÍ | | | |
| ZDROJE ENERGIE PRO VÝKON | | | |