

Kateřina Neumannová inspirovala mladé sportovce

11.5.2022 - | Krajský úřad Plzeňského kraje

Jak je biochemie důležitá pro sportovní rozvoj, že raná specializace škodí a že vytrvalost a poctivost je víc než talent. Takové i další cenné informace si vyslechli mladí sportovci na odborném semináři s olympijskou vítězkou Kateřinou Neumannovou a biochemikem Emilem Bolkem, který pořádala Akademie individuálních sportů Plzeňského kraje.

Seminář s někdejší fenomenální lyžařkou ve velkém sálu Středního odborného učiliště Vejprnická byl po desetibojaři Tomáši Dvořákovi dalším setkáním s úspěšným sportovcem v krátké době, který akademie pro mladé sportovce připravila. Za cíl si tím dává mladé sportovce inspirovat, motivovat, předat osobní zkušenosti a trénovat podle nejnovějších trendů. *„Na úvod tentokrát zaznělo důležité vysvětlení – co je to vlastně biochemie. Tedy, že jde o vědeckou disciplínu, která se zabývá chemickými pochody v živých organismech. Díky jejímu dlouhodobému sledování se dá odhalit případný zdravotní problém nebo sledovat proces adaptace na tréninkovou zátěž. Osobně velmi oceňuji, že akademie pomáhá vzdělávat tímto způsobem a semináře jsou zaměřeny odborně tak, aby byly pro mladé k zamyšlení a skutečným přínosem,”* pronesl náměstek hejtmana Plzeňského kraje Petr Vanka, který se zmíněných seminářů pořádaných Akademií individuálních sportů pravidelně sám účastní.

Tentokrát byla velkým tématem právě biochemie, ale mladí sportovci od Kateřiny Neumannové a biochemika PaedDr. Emila Bolka, CSc. slyšeli o problémech rané specializace mládeže, jak důležité je věnovat se stravě, regeneraci, počtu kvalitních tréninků, o genetickém vyšetření ze slin, které může jednotlivci vhodně doporučit sportovní disciplínu nebo že právě vytrvalost a poctivost v tréninku je víc než jen pouhý talent.

<https://www.plzensky-kraj.cz/katerina-neumannova-s-biochemikem-bolkem-inspirov>