

## **Abstrakt**

**Název práce:** Kvalitativní aspekty regenerace na úrovni elitního ženského basketbalu v Litvě a v České republice.

**Cíle práce:** Práce si klade za cíl srovnat kvalitativní aspekty regenerace mezi extra-ligovými družstvy žen v Litvě a v České republice, a to se snahou o zjištění a posouzení úrovně jednak zajištění regenerace, jednak četnosti aplikace regeneračních prostředků.

**Metoda:** Ke sběru údajů byl použit nestandardizovaný dotazník. Získané údaje byly podrobeny matematickému zpracování a vyhodnoceny prostřednictvím grafického zpracování.

**Výsledky:** Porovnává se úroveň regenerace a regeneračních prostředků u vytipovaných družstev basketbalu žen v Litvě a v ČR.

**Klíčová slova:** regenerace, zatížení, kompenzační cvičení, nestandardizovaný dotazník.