

**Název:** Využití posilování v tréninku fotbalových brankářů

**Název v angličtině:** The usage of fitness exercises for football goalkeepers (in practises)

**Cíle práce:** Zjištění pomocí dotazníkové metody současný a předešlý stav využívání posilování v tréninku fotbalových brankářů. Pomocí získaných dat (informací) navrhnout, zlepšit či z efektivnit posilovací trénink fotbalových brankářů.

**Metoda:** Byla použita dotazníková metoda. Ke sběru dat byl vypracován nestandardizovaný dotazník, který je formulovaný na zatrhávání a částečné vyplnění. Soubor informací byl analyzován a získané údaje jsou podrobně uvedeny ve výsledcích.

**Výsledky:** Přinesly pohled na předešlý a současný stav využití posilování v tréninku fotbalových brankářů

**Klíčová slova:** fitness, posilování, trénink, kopaná, brankář