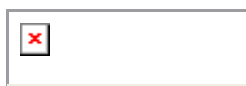


: : 期刊全文 : : 未安装PDF浏览器的用户请下载

尼尔通对足球运动员最大有氧能力的影响
 张立, 阳善松

浏览次数 32799



(武汉体育学院 运动生理教研室, 湖北 武汉 430071)

摘要: PALIER测试能够较好评定足球运动员的最大有氧能力。尼尔通作为外源性磷酸肌酸能有效提高最大有氧能力, 其作用机理是通过供给心肌及骨骼肌细胞代谢所需要的能量和促进膜稳定作用及改善组织微循环等功效来实现的。

关键词: PALIER测试; 最大有氧能力; 外源性磷酸肌酸

中图分类号: G843.1 文献标识码: A 文章编号: 1006-7116(2003)04-0053-04

The influence of exogenous creatine phosphate for improving maximal aerobic capacity of footballer before and after Palier test
 ZHANG Li, YANG Shan-song

(Section of Sports Physiology, Wuhan Institute of Physical Education, Wuhan 430071, China)

Abstract: Palier Test is a good indicator for evaluating maximal aerobic capacity of footballer. Exogenous creatine Phosphate can be widely utilized for promoting maximal aerobic capacity by supplying the energy to cardiac and skeletal muscles and improving microcirculation of muscle and protecting the membrane of cells during intensive exercise.

Key words: Palier test; maximal aerobic capacity; exogenous creatine phosphate

[【关闭窗口】](#)

2008年		
第1期	第2期	第3期
第4期	第5期	
2007年		
第1期	第2期	第3期
第4期	第5期	第6期
第7期	第8期	第9期
2006年		
第1期	第2期	第3期
第4期	第5期	第6期
2005年		
第1期	第2期	第3期
第4期	第5期	第6期
2004年		
第1期	第2期	第3期
第4期	第5期	第6期
2003年		
第1期	第2期	第3期
第4期	第5期	第6期
2002年		
第1期	第2期	第3期

[第4期](#) [第5期](#) [第6期](#)

2001年

[第1期](#) [第2期](#) [第3期](#)

[第4期](#) [第5期](#) [第6期](#)

你是第 [2056908](#) 位访问者

版权所有：体育学刊 粤ICP备05080741号 技术支持：网天科技
地址：广州石牌华南师范大学公体楼303 邮编：510631
电话：020-85211412 传真：020-85210269 邮箱：
tyxk@scnu.edu.cn