

运动训练理论与实践

公路自行车运动员下肢力量和无氧能力的研究

周志雄, 张凡, 季钢

首都体育学院, 北京100088

收稿日期 2009-5-6 修回日期 网络版发布日期 接受日期

摘要 为了探讨男子公路自行车运动员下肢肌力和无氧能力,对11名我国男子优秀公路自行车运动员进行体能测试。运用Wingate方案进行无氧能力测试,采用等速力量测试仪对运动员膝关节力量进行测试。研究结果:自行车运动员膝关节伸肌群在70°的等长收缩所产生的峰力矩为(231.91±44.70)N.m,平均无氧功率为(825.90±116.90)W,无氧功峰值功率为(1 231.91±283.29)W。膝关节肌群力量与无氧能力之间呈显著相关关系($r=0.612\sim 0.912, P<0.05$ 或 $P<0.01$)。

关键词 [公路自行车运动员](#) [下肢力量](#) [无氧能力](#)

分类号 [G 808.1](#)

DOI:

通讯作者:

作者个人主页: 周志雄; 张凡; 季钢

扩展功能

本文信息

- ▶ [Supporting info](#)
- ▶ [PDF](#)(1060KB)
- ▶ [\[HTML全文\]](#)(OKB)
- ▶ [参考文献\[PDF\]](#)
- ▶ [参考文献](#)

服务与反馈

- ▶ [把本文推荐给朋友](#)
- ▶ [加入我的书架](#)
- ▶ [加入引用管理器](#)
- ▶ [引用本文](#)
- ▶ [Email Alert](#)
- ▶ [文章反馈](#)
- ▶ [浏览反馈信息](#)

相关信息

- ▶ [本刊中 包含“公路自行车运动员”的 相关文章](#)
- ▶ 本文作者相关文章

- [周志雄](#)
- [张凡](#)
- [季钢](#)