

# LA NAVETTA CALCIO

a cura di Roberto Colli , Vito Azzone ,  
Emanuele Marra , Cristian Savoia

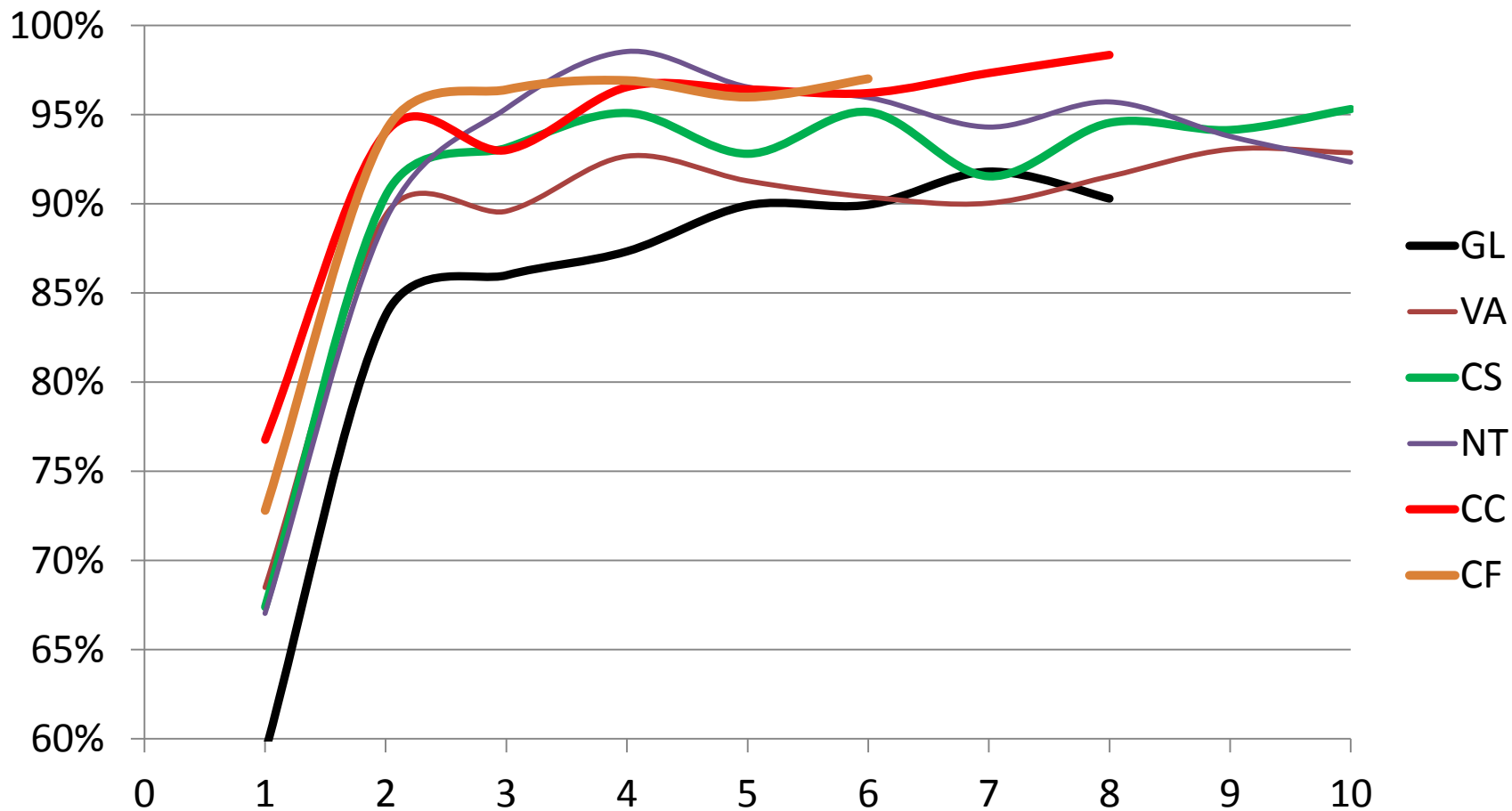
# ANALISI DI Costo energetico ,VO<sub>2</sub>, LATTATO e FC del test navetta

- 6 soggetti calciatori di medio basso livello , comunque studenti di scienze motorie a Tor Vergata e facenti parte della squadra di calcio della facoltà .
- Determinazione del Vo<sub>2</sub>max mediante test yoyo
- Analisi dei parametri metabolici svolta in palestra

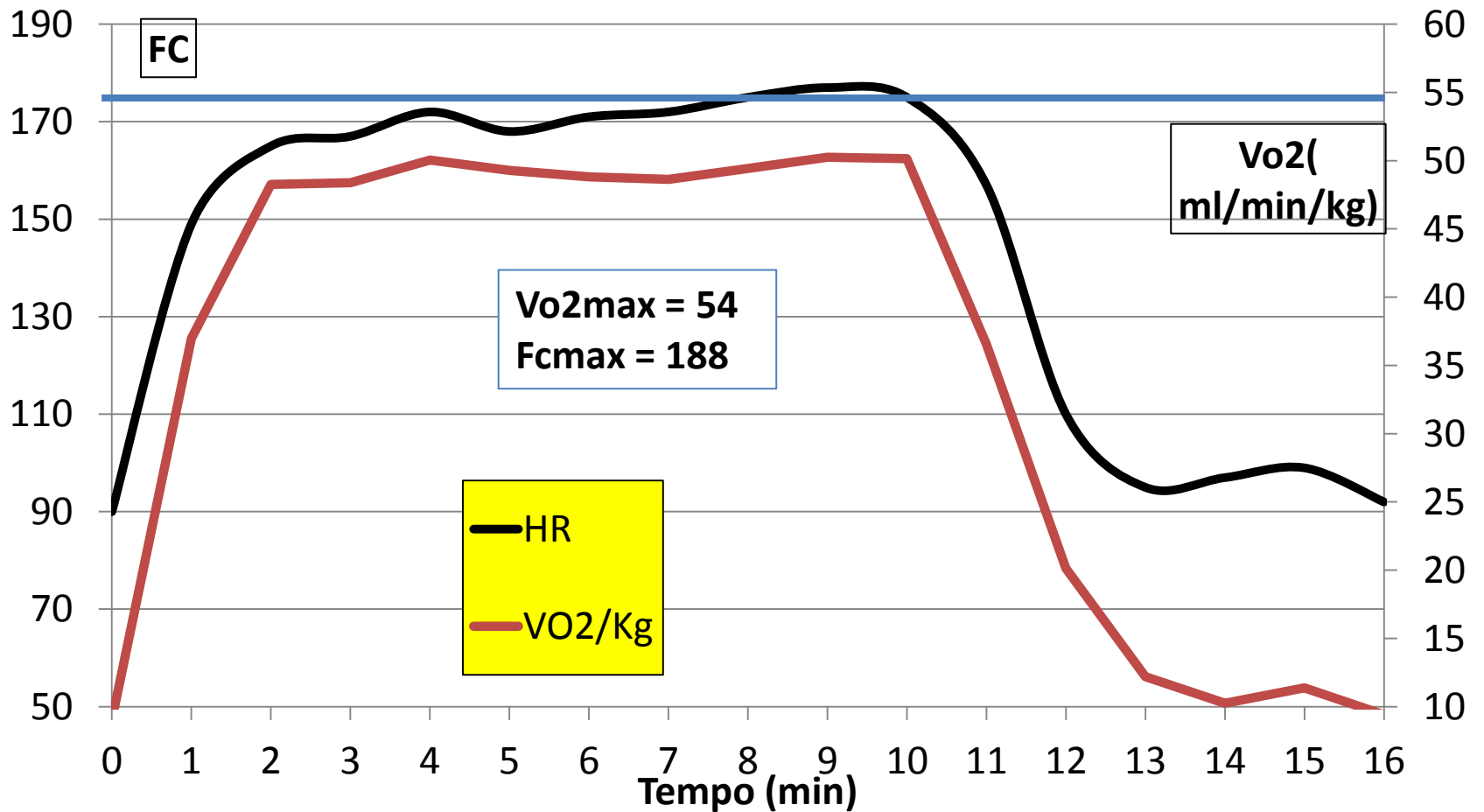
# I dati .....

	Pe so	altez za	Vo2 max	Dista nza	Cost o ener getic o	latt	Vo2 navett a calcio	% Vo2ma x	% Vo2m ax SS	% FCmax
GL	85	190	50	1152	6,50	7,7	44,6	89%	90%	93%
VA	70	170	54	1440	7,06	5,2	48,4	90%	92%	91%
CS	64	174	62	1440	8,42	7,9	57,8	93%	94%	95%
NT	67	172	56	1440	7,52	9,2	51,6	92%	95%	97%
CC	74	185	49	1152	6,68	4,9	45,8	93%	97%	94%
CF	71	188	56	864	8,42	9,9	57,8	103%	97%	99%

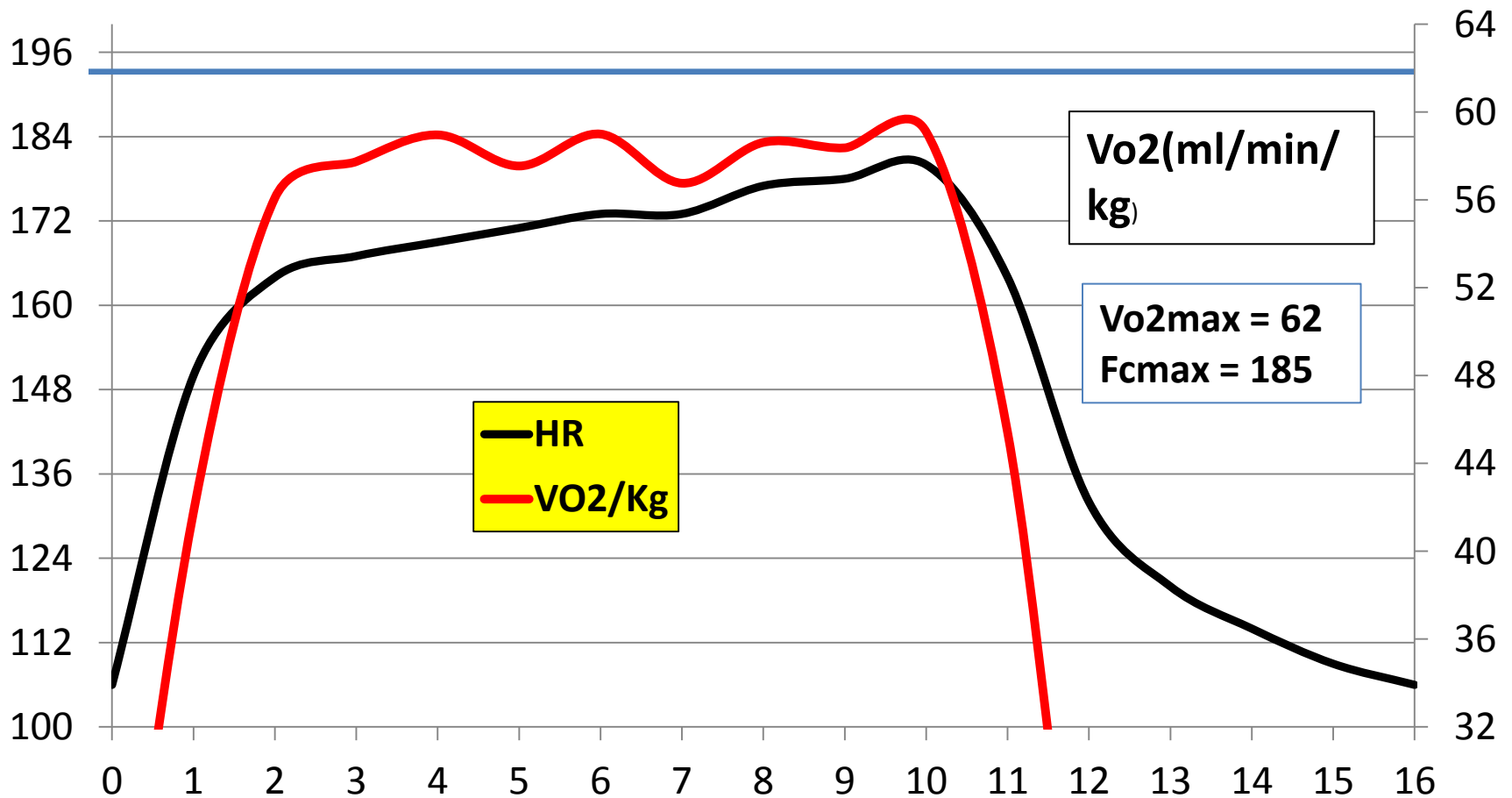
# ANDAMENTO DEL Vo2 durante la navetta calcio



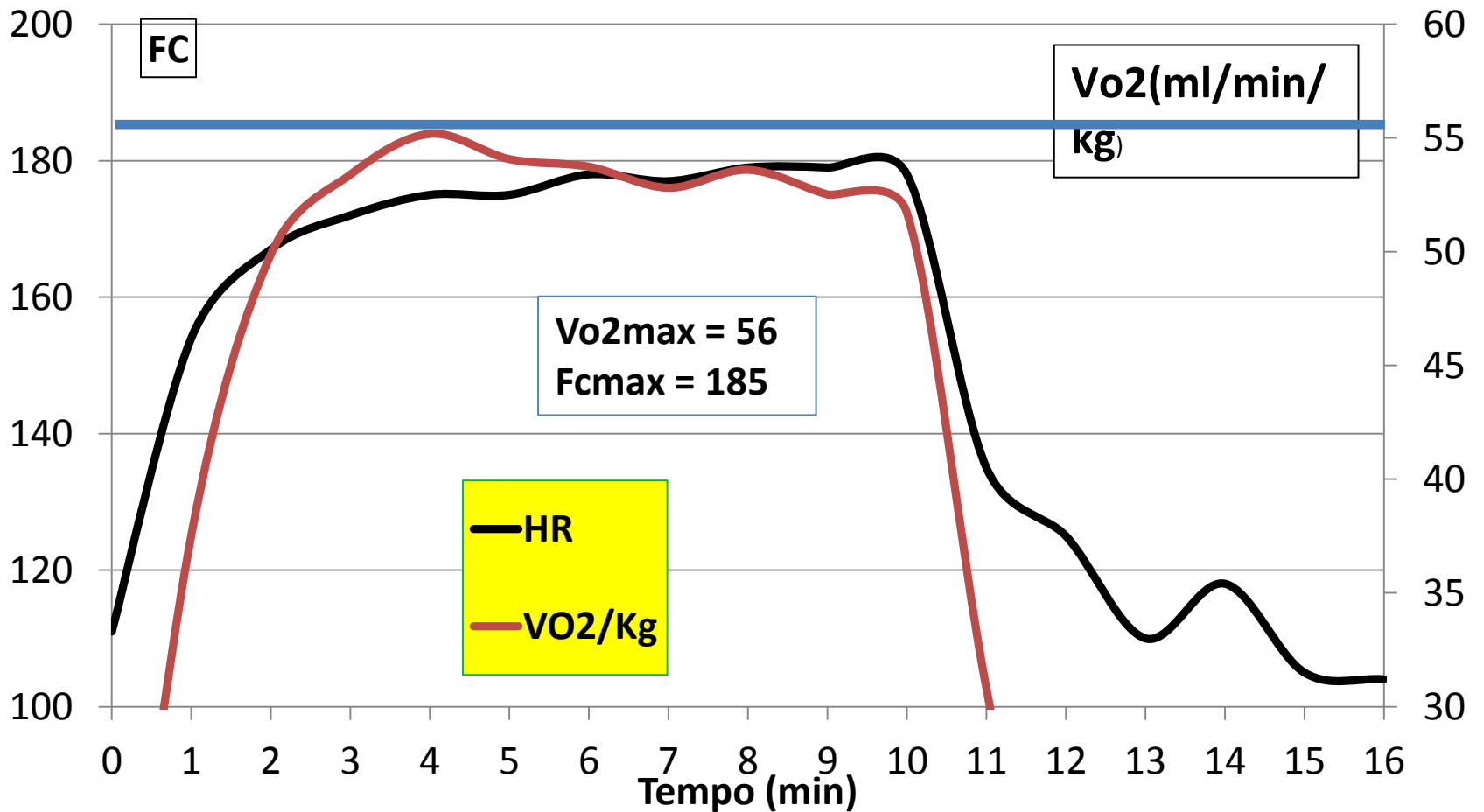
# Andamento Vo2, FC e Ve durante il test navetta ( latt = 5,2 mM)



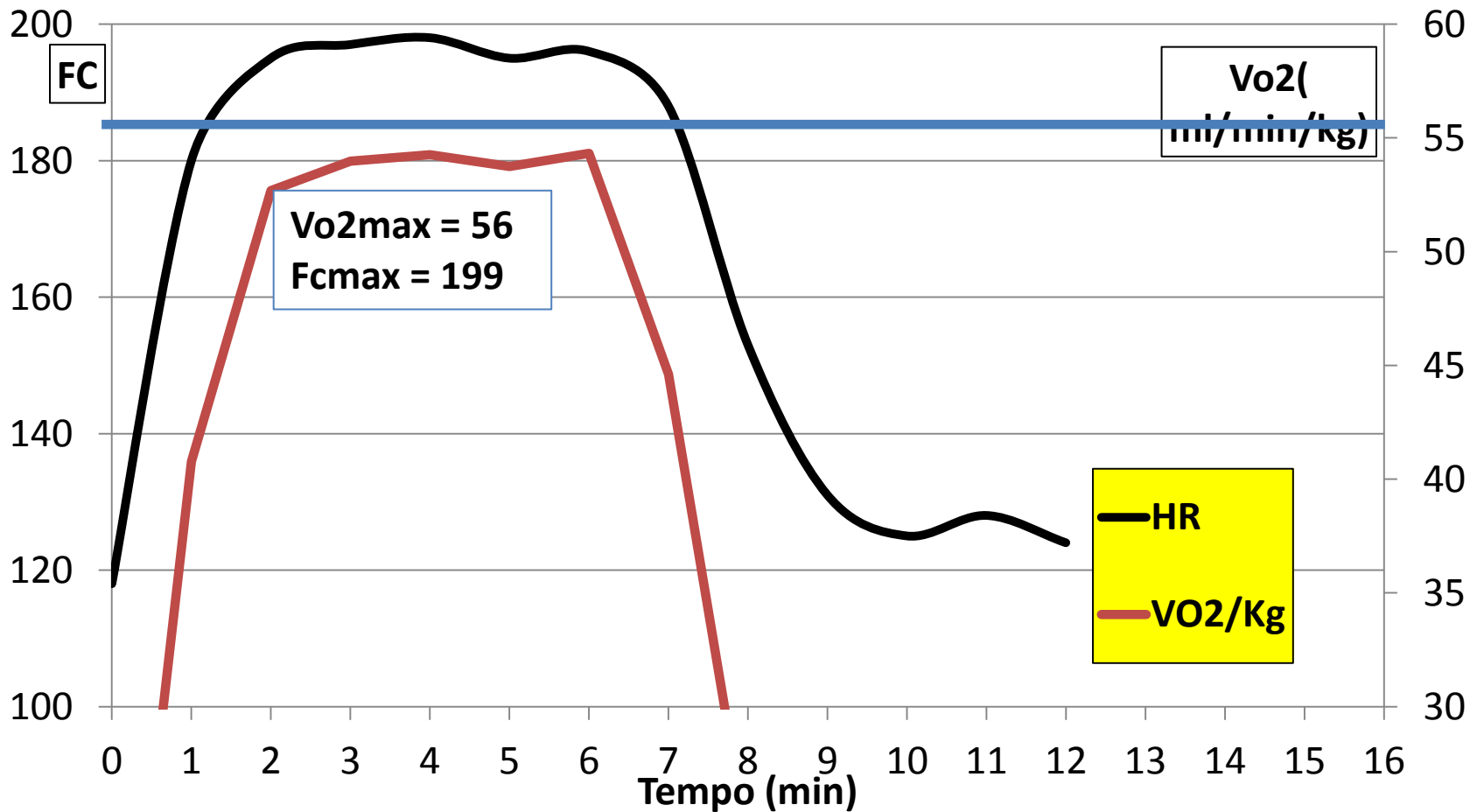
# Andamento Vo2, FC e Ve durante il test navetta ( latt = 7,9 mM)



# Andamento Vo2, FC e Ve durante il test navetta ( latt = 9,9 mM)

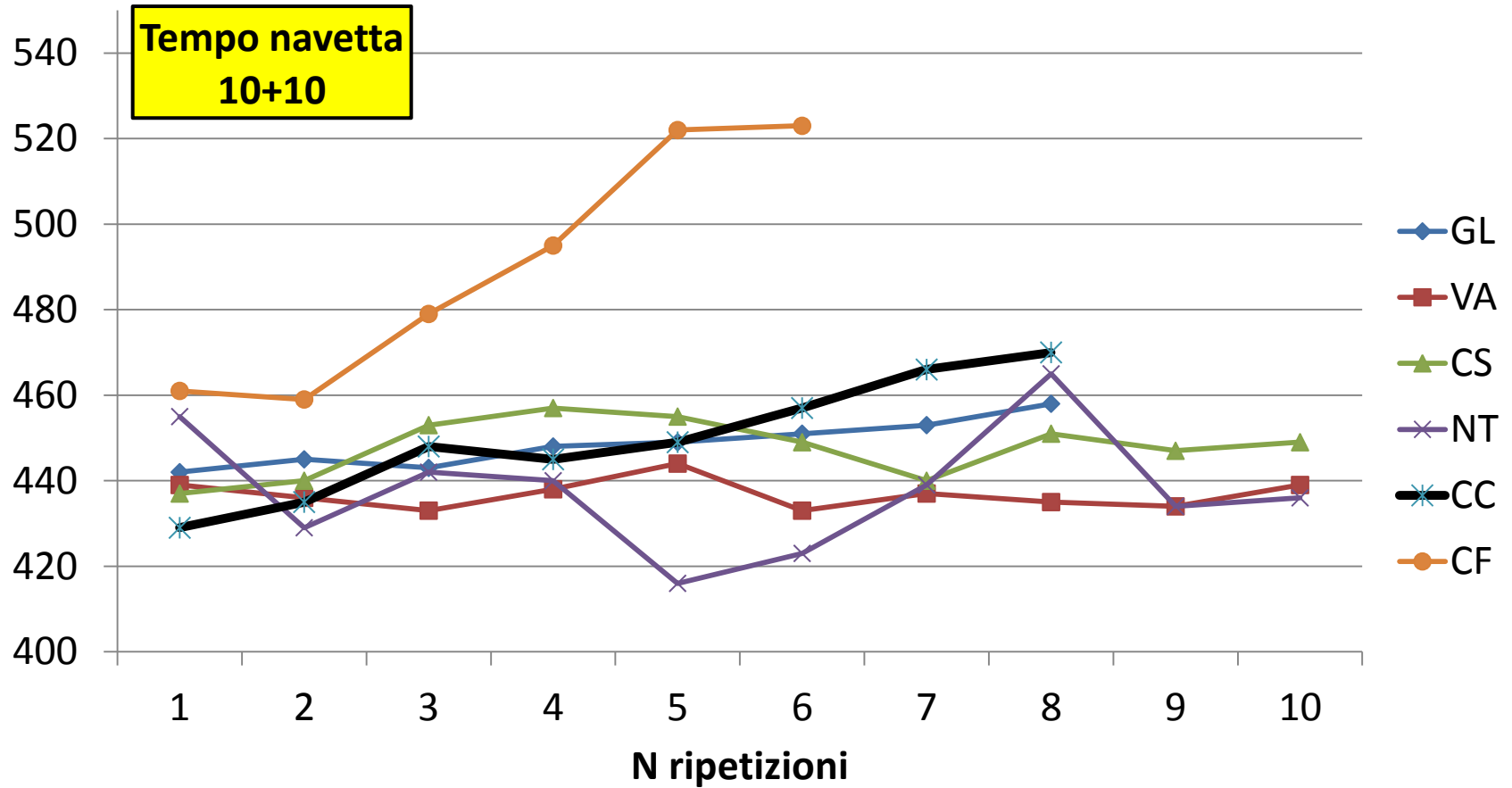


# Andamento Vo2, FC e Ve durante il test navetta ( latt = 9,9 mM)





# Navetta max 10+10 m



# Calo delle azioni intense

	GL	VA	CS	NT	CC	CF
Media	449	437	448	438	450	490
Pendenza	2,1	-0,1	0,5	-0,1	5,6	14,7
Intercetta	439	437	445	438	425	438
1 rip	441	437	445	438	430	453
10 rip	460	436	450	437	481	585
Diff % 1 - 10 rip	4,3%	-0,2%	1,1%	-0,2%	11,8%	29,2%
Vo2max	50	54	62	56	49	56