

## HIPEROKSIJA KAO OBLIK REDUKCIJE UTICAJA ANAEROBNOG OPTEREĆENJA NA ORGANIZAM ELITNIH KOŠARKAŠA

### **Sažetak**

*U ovom istraživanju praćene su tjelesne reakcije košarkaša na inhalaciju kisika koncentracije 99.5 %. Sportaši su testirani na pokretnom sagu kao i uz pomoć specifičnog košarkaškog – Jugo testa. Istraživanje je pokazalo da nakon inhalacije kisika košarkaši imaju nisku razinu laktata u krvi (nakon trećeg puta). Nije pronađen značajan dokaz da inhalacija ima pozitivan utjecaj na šutiranje u košarci. Zaključak je, dakle, da inhalacija 99.5 % kisika ima pozitivne utjecaje tijekom anaerobnog opterećenja u sportu.*

**Ključne riječi:** *kisik, laktati, opterećenje, košarkaši*

---