

## **A lovak pulzusának és edzésszerkezetének elemzése idomító- és ugróedzéseken**

**Varga Virág Anna**

Lótenyésztő, lovassport szervező agrármérnöki szak, alapképzés, Nappali

Állattenyésztési Tudományok Intézet, Állatnemesítési Tanszék

*Belső témavezető:* Dr. Vincze Anikó, egyetemi docens, Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem, Kaposvári Campus

*Belső témavezető:* Dr. Gyovai Petra, egyetemi docens, Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem, Kaposvári Campus

A szakdolgozat célja az volt, hogy objektív, mérhető adatok alapján összehasonlítsam az idomító- és ugróedzések során a lovak kardiovaszkuláris terhelését, valamint feltárjam az edzések szerkezeti és időbeli jellemzőit. A vizsgálat gyakorlati lovardai körülmények között zajlott, tíz, rendszeresen edzett és kis kategóriákban versenyző ló bevonásával, a Pannon Lovasakadémián (Kaposvár) és a Fehér Patkó Lovasudvarban (Székesfehérvár).

A mérésekhez a Polar Equine H10 HR pulzusmérő szenzort és az Equilab alkalmazást használtam, melyek segítségével rögzítettem a lovak pulzusát a különböző típusú edzéseken a bemelegítés, a munka és a levezetés fázisaiban. Az adatok elemzése során vizsgáltam az edzések teljes időtartamát, a jármódok (lépés, ügetés, vágta) arányát, az átmenetek számát, valamint az átlagos, minimális és maximális pulzusértékeket.

Az eredmények alapján az idomító és ugróedzések teljes időtartama hasonló (~62 perc) volt, ugyanakkor az ugróedzések során magasabb átlagos (98,1 ütés/perc) és maximális pulzusszám (145,2 ütés/perc) volt mérhető, mint az idomító edzéseknél (90,7 ütés/perc és 116,0 ütés/perc). Ez arra utal, hogy az ugróedzések nagyobb fizikai igénybevételt és intenzívebb kardiovaszkuláris megterhelést jelentenek. A jármódok eloszlása is eltért: míg az idomító edzéseken az ügetés dominált leginkább, addig az ugróedzéseken a vágta arányának a növekedését lehetett megfigyelni. Az átmenetek száma különösen a munka fázisában volt magasabb ugróedzésen (31,9), ellentétben az idomító edzésekével (21,1).

Következtetésként az ugróedzések nagyobb élettani igénybevételt jelentenek (megközelítve az anaerob tartományt), míg az idomító munka inkább aerob jellegű terhelést mutat. További kutatásként javasolnám a mintaszám növelését, több helyszín bevonását, valamint a környezeti tényezők hatásának külön vizsgálatát.