



بخشی از ترجمه مقاله

عنوان فارسی مقاله :

سینتیک جذب اکسیژن پس از شش هفته تمرین ورزش استقامتی
برهه ای و مداوم - مطالعه محوری آزمایشی (اکتشافی)

عنوان انگلیسی مقاله :

Oxygen Uptake Kinetics Following Six Weeks of Interval
and Continuous Endurance Exercise Training -
An explorative pilot study



توجه !

این فایل تنها قسمتی از ترجمه میباشد. برای تهیه مقاله ترجمه شده کامل
با فرمت ورد (قابل ویرایش) همراه با نسخه انگلیسی مقاله، [اینجا](#) کلیک نمایید.



بخشی از ترجمه مقاله

4.4 Conclusion

In the present study we analyzed the kinetics responses of $\dot{V}O_2$ and HR before and after six weeks of an INT and CON endurance training. To account for cardio dynamic and venous return distortions between exercising musculature and the lungs, we separated $\dot{V}O_2$ into a pulmonary ($\dot{V}O_{2pulm}$) and an estimated muscular component ($\dot{V}O_{2musc}$). In summary, the results reveal that **(a)** $\dot{V}O_{2pulm}$, $\dot{V}O_{2musc}$ and HR kinetics showed no significant changes from PRE to POST training intervention **(b)** endurance exercise training caused in a significant increase in peak $\dot{V}O_2$, **(c)** a relationship between the changes in the kinetics responses of $\dot{V}O_{2musc}$ (PRE to POST) as function of averaged training WR was observed, and **(d)** on a trial basis: for $\dot{V}O_{2musc}$ kinetics an interaction effect (*Group x Time*) could be identified in tendency ($p = 0.054$), denoting that INT training may increase $\dot{V}O_{2musc}$ kinetics.

4-4- نتیجه گیری

در مطالعه حاضر ما پاسخ های سینتیک $\dot{V}O_2$ و HR را قبل و پس از شش هفته تمرین استقامتی INT و CON تحلیل کردیم. برای در نظر گرفتن اختلالات پویای قلبی و بازگشت مویرگی میان ساختار عضله در حال تمرین و شش ها، ما $\dot{V}O_2$ را به مولفه ریوی و عضلانی تخمینی جدا کردیم. به طور خلاصه می توان گفت نتایج نشان می دهند که: (الف) سینتیک $\dot{V}O_{2pulm}$ ، $\dot{V}O_{2musc}$ و HR هیچ تغییر قابل توجهی از پیش مداخله تا پس مداخله نشان ندادند. (ب) تمرین ورزش استقامتی باعث افزایشات قابل توجهی در $\dot{V}O_2$ پیک شد. (ج) می توان ارتباطی میان تغییرات در پاسخ های سینتیک $\dot{V}O_{2musc}$ به عنوان تابع WR تمرین متوسط مشاهده کرد و (د) بر مبنای آزمایشی: برای سینتیک $\dot{V}O_{2musc}$ اثر تعامل می تواند در گرایش مشاهده شود که این حاکی از آن است که تمرین INT می تواند باعث افزایش سینتیک $\dot{V}O_{2musc}$ شود.



توجه!

این فایل تنها قسمتی از ترجمه میباشد. برای تهیه مقاله ترجمه شده کامل با فرمت ورد (قابل ویرایش) همراه با نسخه انگلیسی مقاله، [اینجا](#) کلیک نمایید.

برای جستجوی جدیدترین مقالات ترجمه شده، [اینجا](#) کلیک نمایید.