

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА



Глава 17. Внетренировочные факторы и средства в системе подготовки и соревновательной деятельности легкоатлетов (В. Е. Виноградов)	715
17.1. Утомление и восстановление – факторы работоспособности	715
17.2. Средства восстановления и стимуляции работоспособности	720
17.3. Применение внутренировочных средств в соревновательных условиях спортивной деятельности (предстартовая разминка)	736
17.4. Десинхронизация и ресинхронизация циркадных ритмов	743