

Zmiana sprawności fizycznej u kadetów uprawiających boks

Wstęp.....3

Rozdział I

Zarys historii boksu..... 4

Rozdział II

Kształtowanie sprawności fizycznej wśród bokserów..... 8

Rozdział III

Cel pracy, pytania badawcze, hipotezy

3.1. Cel pracy..... 11

3.2. Pytania badawcze..... 11

3.3. Hipotezy..... 12

Rozdział IV

Materiał i metody badań

4.1. Materiał badawczy..... 13

4.2. Metody badań14

Rozdział V

Wyniki badań

5.1. Wyniki pierwszej tury prób przeprowadzonych w grudniu 2011 roku17

5.2. Wyniki drugiej tury prób przeprowadzonych w czerwcu 2012 r..... 26

Rozdział VI

Dyskusja

Wnioski38

Streszczenie40

Bibliografia43

Spis tabel i rysunków	44
-----------------------------	----