
Mgr. Ivana Felgrová

Profesní charakteristika:

- 1964 absolventka FTVS UK Praha TVS specializace plavání
- 1991 asistentka na KPS FTVS UK

Mgr. Ivana Felgrová se na katedře zaměřuje na oblast trenérství, je i spolehlivou a oblíbenou vysokoškolskou učitelkou. Odborně se soustředí na silový a sprinterský trénink plavců a na trénink plavců na suchu. Stále působí i jako aktivní a úspěšná trenérka plavání, triatlону a vodní záchranné služby. V poslední době se nejvíce věnuje plavání seniorů. Zajišťuje plavání v univerzitě třetího věku.

Publikace:

Publikační činnost v roce 2008

- FELGROVÁ I. Struktura přípravného období v tréninku plavců kategorie masters, nástin tréninkového programu pro období prosinec - duben. In POKORNÁ, J. (editor.) Problematika plavání a plaveckých sportů V. Praha : UK FTVS, 2008. s. 131-133. ISBN 978-80-86317-58-8.
- FELGROVÁ, I., HORČIC, J., JEBAVÝ, R., JURÁK, D. Svalová síla plavců kategorie masters. In POKORNÁ, J. (editor.) Problematika plavání a plaveckých sportů V. Praha : UK FTVS, 2008. s. 135-139. ISBN 978-80-86317-58-8.
- FELGROVÁ I., PESLOVÁ E. Porovnání výkonnosti na ME 2005 a ME 2007 v plavání kategorie masters. In DOVALIL, J, CHALUPECKÁ, M. (editoři) Sborník příspěvků z konference současný sportovní trénink. Praha : Olympia, 2008. ISBN 978-80-7376-079-3.
- FELGROVÁ, I., PESLOVÁ, E. Výkon seniorů v plavání. In LANGER, J. (ED.) VIII. Mezinárodní konference k problematice osob se specifickými potřebami a III. Dramaterapeutická konference. 1. vyd. Olomouc : Univerzita Palackého, 2008. ISBN 978-80-244-1911-4.
- FELGROVÁ, I., PESLOVÁ, E. Zvláštnosti plaveckého tréninku v triatlónu. Praha : Squashclub Strahov, 2008
- PRAJEROVÁ, K., PESLOVÁ, E., FELGROVÁ, I. Plavecký pohybový program pro studenty Univerzity III. věku na UK FTVS Praha. In ŠMÍD, P. (Ed.) Optimální působení tělesné zátěže: sborník příspěvků z vědecké konference. 1. vyd. Hradec Králové : Univerzita Hradec Králové, 2008. str. 1-6. ISBN 978-80-7041-994-6.
- SATRAPOVÁ, J., FELGROVÁ, I. Vliv vysoké výkonnosti v žákovském věku na úspěch v kategorii dospělých. In POKORNÁ, J. (editor.) Problematika plavání a plaveckých sportů V. Praha : UK FTVS, 2008. s. 268-269. ISBN 978-80-86317-58-8.

Publikační činnost v roce 2007

- FELGROVÁ, I., PESLOVÁ E. Zatěžování seniorů plaveckým tréninkem. In JÍLEK, M. (editor) Kinantropologické dny MUDr. V. Souška. Hradec Králové : PedF UHK, 2007. ISBN 978-80-7041-513-9.
- FELGROVÁ, I., PESLOVÁ E. Plavání jako prostředek udržování vitality člověka ve středním až vysokém věku. In JANSÁ, P., LANDA, P. (editoři) Současné společenskovední trendy v kinantropologii. Praha : FTVS UK, 2007. ISBN 80-86317-46-3.

Publikační činnost v roce 2006

- FELGROVÁ I., dílčí elektronické texty Plavání I. : Technika prsa - poloha těla plavce, pohyby dolních končetin (lekce 10), Technika prsa - činnost horních končetin, dýchání (lekce 11), Technika prsa – souhra (lekce 12). Technika prsa - pohybový cyklus pod vodou, po startu a po obrátce (lekce 14) <http://www.ftvs.cuni.cz/elstudovna/index.php?predmet=plavjedna&sec=Doc>

Publikační činnost v roce 2005

- FELGROVÁ, I. Trénink mladého plavce na suchu. Těl. Vých. Sport Mlád., ročník 71, číslo 3/05, vydavatel UK FTVS v Praze. str. 24-32

- FELGROVÁ, I., FUTEROVÁ, M. Obecná aerobní zdatnost plavců seniorů. In ČECHOVSKÁ, I.(editor). Problematika plavání a plaveckých sportů IV : sborník příspěvků z vědeckého semináře. 1. vyd. Praha : KPS UK FTVS, 2005. s. 117-118. ISBN 80-903285-3-9.
- FELGROVÁ, I., HORČIC, J., JURÁK, D. Náměty na posilování plavců. In ČECHOVSKÁ, I. (editor). Problematika plavání a plaveckých sportů IV : sborník příspěvků z vědeckého semináře. 1. vyd. Praha : KPS UK FTVS, 2004. s. 115-116. ISBN 80-903285-3-9.
- FELGROVÁ, I., HORČIC, J. Speciální silový trénink sprintérky. In MACEJKOVÁ, Y., BENČURIKOVÁ, L. (editoři) Štruktúra pohybových aktivít vo vodnom prostredí a ich účinnosť. Bratislava : FTVŠ UK, 2005. s. 91-94. ISBN 80-89197-35-3.
- FELGROVÁ, I., PESLOVÁ, E. Suchá příprava plavců v základní etapě tréninku. In VINDUŠKOVÁ, J. (editor) Role pohybových aktivit v životě dětí a mládeže. Praha : FTVS UK, 2005. ISBN 80-86317-38-2.

Publikační činnost v roce 2003

- ČECHOVSKÁ, I., POKORNÁ, J., FELGROVÁ, I. Didaktika plaveckého způsobu prsa pro posluchače UK FTVS. In ČECHOVSKÁ, I. (editor). Problematika plavání a plaveckých sportů III : sborník příspěvků z vědeckého semináře. 1. vyd. Praha : KPS UK FTVS, 2003. s. 61 – 66. ISBN 80-246-0637-2.
- FELGROVÁ, I. Dlouhodobý vývoj výkonů v plavání v kategorii masters. In VINDUŠKOVÁ, J., CHRUDIMSKÝ, J. (editoři) Pohybové aktivity, jako prostředek ovlivňování člověka: sborník příspěvků z vědecké konference 1. vyd. FTVS UK Praha, 2003 : ISBN 80-86317-28-5
- BŘEČKOVÁ, G., FELGROVÁ, I. Zatěžování seniorů ve vodním prostředí. In VINDUŠKOVÁ, J., CHRUDIMSKÝ, J. (editoři) Pohybové aktivity, jako prostředek ovlivňování člověka: sborník příspěvků z vědecké konference 1. vyd. FTVS UK Praha : 2003 ISBN 80-86317-28-5
- FELGROVÁ, I. Plavání v seniorském věku. In MACEJKOVÁ, Y., BENČURIKOVÁ, L. (editoři). Nové trendy v teorii a didaktice plávania a plaveckých športov : sborník příspěvků z vědeckého semináře. 1.vyd. FTVŠ Univerzity Komenského Bratislava : 2003 ISBN 80-88901-78-2
- FELGROVÁ, I. kapitola: Plavání - technika a trénink. In FORMÁNEK, J., HORČIC, J. Triatlon, historie, trénink, výsledky. 1.vyd. Olympia, Praha a.s. ve spolupráci s Českým svazem triatlonu. 2003 str. 106-122
- FORMÁNEK, J. – HORČIC, J. a kol. Triatlon. Praha : Olympia, 2003 kapitola „Plavání – technika a trénink“ s. 106 - 122

Publikační činnost v roce 2002

- FELGROVÁ, I. Trénink sprintu Aquasport č.1,2002,str. 24-25
- FELGROVÁ, I. Plavání pro veterány Aquasport č.1 2002, str. 24-25
- FELGROVÁ, I. Trénink plavání pro veterány. Aquasport č.2 2002, str.25-27

Publikační činnost v roce 2001

- POKORNÁ, J., FELGROVÁ, I., SMOLÍK, P. Cvičení pro rozvoj techniky plaveckých způsobů. In ČECHOVSKÁ, I. (editor). Problematika plavání a plaveckých sportů II : sborník příspěvků z vědeckého semináře. 1. vyd. Praha : Karolinum, 2001, s. 87 – 89. ISBN 80-246-0233-4.
- POKORNÁ, J., FELGROVÁ, I. Cvičení pro rozvoj techniky kraul. In ČECHOVSKÁ, I. Problematika plavání a plaveckých sportů II : sborník příspěvků z vědeckého semináře. 1. vyd. Praha : Karolinum, 2001, s. 94 – 97. ISBN 80-246-0233-4.

Publikační činnost v roce 2000 a starší

- HOFER, Z. a kol.: Technika plaveckých způsobů. Praha : Univerzita Karlova, 2000 Kapitola: „Prsa“ s. 79 – 85, „Obrátka“ s. 95 - 99
- MILER, T., FELGROVÁ, I. Pravidla mezinárodních soutěží vodní záchranné služby (překlad a jeho zpracování). 1. Vyd. Praha : VZS ČČK 1993
- Zdravotně orientovaná zdatnost u dospělé populace (výzkum zaměřený na plavecký trénink seniorů) (2005); zadavatel: UK FTVS – interní projekt řešitel: Mgr. D. Jurák, Mgr. I. Felgrová

Řešené granty a projekty