

Dobrý den, zasíláme shrnutí posledních aktualizací webu [www.cykloseminare.cz](http://www.cykloseminare.cz):

a) Projekt mySASY: Dosud natočená krátká videa typu poradna (= jedna konkrétní otázka + odpověď na ní) byla seskupena a rozdělena do logických celků. Tak, aby postupně vznikl průvodce použitím diagnostiky mySASY. Souhrn videí naleznete zde:

<http://www.cykloseminare.cz/poradna-mysasy/>

b) Proběhl druhý videoseminář s trenérem Tomášem Mikou. V něm jsme řešili specifika tréninku sportovců různých věkových kategorií, využití wattmetrů a záznamových zařízení v tréninku a v závodě, vztah tréninkového objemu a intenzity a další vaše otázky. Na rozdíl od prvního videosemináře, který byl obsahově a odborně náročnější, se jednalo o praktické návody srozumitelné a laické veřejnosti. Videoseminář můžete shlédnout ze záznamu zde:

<http://www.cykloseminare.cz/archiv/>

c) Aktuálně pro vás připravujeme rozhovor s Robertem Kleinerem, ve kterém představí svůj nový projekt PerfLabs. Při jeho představení můžeme zohlednit vaše dotazy. Případné dotazy / náměty / komentáře můžete zasílat na adresu: [istencin@cykloseminare.cz](mailto:istencin@cykloseminare.cz). Více o projektu PerfLabs naleznete zde:

<https://perflabs.cz/>

Prima den přeje

[www.cykloseminare.cz](http://www.cykloseminare.cz)