

**Testnevelő-edző alapképzési (BSc) szak**  
**Kerékpáros államvizsga tételsor**

1. Az erő megjelenési formái, és ezek fejlesztési lehetőségei
2. Az állóképesség megjelenési formái, és ezek fejlesztésének lehetőségei
3. A gyorsaság megjelenési formái, és ezek fejlesztésének lehetőségei
4. A kiválasztás szempontjai, kezdők oktatásának, edzésének jellemzői
5. A serdülés korának jellemzői, és a fejleszthetőség lehetőségei
6. Az ifjúsági korcsoport jellemzői, és a fejleszthetőség lehetőségei
7. Intenzitás zónák paraméterei, fejlesztési lehetőségük
8. A stratégia, és a taktika meghatározásának szempontjai.
9. Az edzettség mérésének objektív lehetőségei
10. A laktátszint mérésének jelentősége, az eredmények feldolgozása, és felhasználása
11. Az edzéstervezés elméleti alapjai, edzéstervezés egy választott szakágakban
12. A férfi és női versenyzők felkészülésének, versenyeztetésének különbségei, és azonosságai