

國立臺北教育大學 99 學年度碩士班招生入學考試

體育學系碩士班 運動生理學 科試題

- 一、試說明耐力運動時，有氧代謝系統 ATP 的能量來源？(25 分)

- 二、試說明運動與心血管疾病危險因素的關係？(25 分)

- 三、試說明碳水化合物的增補(Carbohydrate Loading)在運動訓練及賽前的應用。(25 分)

- 四、何謂核心肌群的訓練(Core Strength Training) (10 分)？並說明不同肌力訓練目標的原則(15 分)。