

АКТ ВНЕДРЕНИЯ

Мы, нижеподписавшиеся, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)» (РГУФКСМиТ) Министерство спорта РФ, в лице проректора по НИР Леонтьевой М.С., с одной стороны и Общество с ограниченной ответственностью «Международный центр охраны здоровья» (ООО «МЦОЗ»), расположенного по адресу: г. Москва, ул. Октябрьская, д.2, индекс 127018, контактный телефон +7(495) 68 12345, e-mail: info@medvedev.ru, официальный сайт www.medvedev.ru, в лице главного врача, руководителя направления по спортивной медицине, доктора медицинских наук, профессора кафедры спортивной медицины и реабилитации РНИМУ им. Н.И. Пирогова Спасского А.А. с другой стороны и Мирошников А.Б., составили настоящий акт в том, что Мирошников А.Б., работающий по теме диссертации: «Медико-биологическое обоснование применения физической нагрузки аэробного характера для спортсменов силовых видов спорта» внедрил:

Ф.И.О. автора внедрения	Наименование предложения и его краткая характеристика	Эффект от внедрения
Мирошников Александр Борисович	Запатентованная методика (патент на изобретение 2727864 С1, 24.07.2020.) физической реабилитации спортсменов силовых видов спорта тяжелых весовых категорий с артериальной гипертензией. Которая включает в себя: силовую работу и аэробную работу на велоэргометре, 7 высокоинтенсивных интервалов (на мощности педалирования 100% от МПК) по 2 минуты и низкоинтенсивные интервалы с ЧСС на уровне 85% от АНП продолжительностью 2 минуты. Время физической реабилитации составляет 103 минуты.	Данная методика повышает лечебные эффекты кардиореабилитации, понижает уровни артериального давления аналогично стандартным методикам, но при этом затрачивается на 38% меньше времени. Данная методика не имеет эффекта интерференции, способствует мышечной гипертрофии и увеличивает силовые показатели на 13,5% эффективнее чем стандартные методики

Автор разработки

Мирошников А.Б.

Научный консультант

Смоленский А.В.

Проректор по НИР РГУФКСМиТ

Леонтьева М.С.

Главный врач ООО «МЦОЗ»

Спасский А. А.

01.02.22г.