

**UNIVERZITET U BEOGRADU- UNION NIKOLA TESLA
FAKULTET ZA SPORT**



**Jet lag i priprema sportiste na različite
vremenske zone**

Seminarski rad- Sportska medicina

Beograd, 2014.

Sadržaj

1. UVOD	3
2. POJAM JET LAG	3

3. BIOLOŠKI RITAM ORGANIZMA	5
4. PREVENCIJA JET LAG-A	6
5. ZAKLJUČAK	7
6. LITERATURA.....	7

1. UVOD

Cilj seminarskog rada je upoznavanje sa fenomenom "Jet lag", kako se manifestuje, da li je moguća preventiva i kako reagovati ako nastupi. Priprema

----- CEO RAD MOŽETE PREUZETI NA SAJTU -----

<http://www.maturskiradovi.net/eshop/>

**POGLEDAJTE VIDEO UPUTSTVO SA TE STRANICE
I PORUČITE RAD PUTEŠ ESHOPA ,
REGISTRACIJA JE OBAVEZNA.**

**MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL:
maturskiradovi.net@gmail.com**