

Paulina Zbieczuk
Wydział Zarządzania

Inteligentny sprzęt sportowy

Planując przyszłość ludzką za kilkadziesiąt lat czasami wydaje nam się, że niektóre pomysły przekraczają naszą wyobraźnię i są nie do zrealizowania. Jednak patrząc na to w jakim tempie wszystko „idzie do przodu” bardzo możliwe jest, że nawet te najbardziej nierealistyczne plany zostaną urzeczywistnione. Zastanówmy się więc jak może wyglądać coraz bardziej popularny sport w dobie zdrowego trybu życia, czyli jak będzie wyglądało bieganie w przyszłości.

Przede wszystkim chcemy, aby bieganie było bezpieczniejsze, wygodniejsze i aby każdy mógł uprawiać tę dyscyplinę sportu do późnej starości. Co możemy zrobić, żeby spełnić wszystkie te cechy ?

Gdy myślimy o bezpieczeństwie, na pewno chcemy, żeby bieganie nie wiązało się z żadnym bólem oraz żeby wyeliminować wszelkie kontuzje, które mogą nam się przydarzyć. Eksperci zajmujący się tą dziedziną sportu przewidują prawdopodobny rozwój dyscypliny w danym obszarze. Trenerzy i biomechanicy uważają, że jest to możliwe, a pomoc mają w tym badania nad idealną techniką biegu, czyli dokładną analizą ruchu. Aktualnie takie badania można przeprowadzać dzięki aparaturze, które pozwalają dokonywać biomechanicznych pomiarów, dostępnym w laboratoriach lub na uczelniach wyższych. W przyszłości będzie to zapewne możliwe dzięki mikro czujnikom wbudowanym w butach, bądź też mikro chipom zamontowanym w zegarkach, a także pasach zakładanych na kostkach. „Będziemy zapobiegać urazom dzięki uczeniu się rzeczy wchodzących w skład idealnej techniki biegu” – mówi dr Nicholas Romanov, autor metody Pose.

Do wygodnego, sprawnego biegania potrzebny nam jest odpowiedni sprzęt sportowy. W zasadzie już teraz możemy zauważyć, iż producenci obuwia próbują nas zaskakiwać coraz to nowszymi, ulepszonymi modelami butów sportowych. W przyszłości takie buty będzie można robić na zamówienie tak jak garnitury czy sukienki. Będą one dokładnie spersonalizowane, w pełni funkcjonalne, będą idealnie pasowały do stopy każdego człowieka i sposobu stawiania przez niego kroku oraz będą w stanie zapewnić świetną przyczepność i wzmocnienie. Możemy też sobie wyobrazić jak będą wyglądały zawody sportowe w tej dyscyplinie. Bieg zacznie się w jednych butach, a skończy w innych. Będzie to możliwe dzięki mikro chipom, które podczas analizy zmiany kroku przystosują but do reakcji na rotację stopy wynikającą ze zmęczenia. Buty będą powiązane z telefonem komórkowym oraz monitorem pracy serca, co pomoże w lepszej kontroli nad wykonywanymi ćwiczeniami. W trakcie treningu dostaniemy informacje o technice biegu, ekonomii, a także o możliwości wystąpienia kontuzji z powodu zmiany kroku bądź nierównomiernego obciążenia całego ciała. Wszystkie wymienione wyżej funkcjonalności przewiduje w przyszłości Dave Domborow, design director w firmie Under Armour.

Kolejnym elementem niezbędnym do uprawiania tego sportu, na który trzeba zwrócić uwagę jest strój sportowy. W przyszłości nie będziemy musieli kupować wielu ubrań na każdą zmianę pogody. Odzież przyszłości będzie się składała z jednego kombinezonu pokrywającego całe ciało, przystosowanego na każdą porę roku. Taki strój będzie chłodził ciało w upalne dni oraz grzał w zimniejsze pory roku. Zwiększona zostanie aerodynamiczność w porównaniu z aktualnymi strojami. Każdy według własnego uznania, bądź podczas zmiany

nastroju będzie mógł zmienić dowolnie kolor całego kombinezonu. Oczywiście tak jak buty, odzież będzie mierzyła wszystkie parametry biegu. Obecnie na rynku można kupić skarpety, które dostarczają informacje o długości i liczbie kroków oraz o obciążeniach, jakim poddawane są nogi podczas treningów. Do odpowiednich butów, zegarków i kombinezonu dołączą inteligentne okulary do biegania. Wszystkie dane parametry będzie można na bieżąco kontrolować, a także prowadzić wideo rozmowy.

Dzięki wcześniej wspomnianym innowacjom występującym w tym sporcie będziemy mogli zdecydowanie lepszy sposób zaplanować swój trening. Każdy sportowiec, a nawet zwykły biegacz bardziej lub mniej zaawansowany dostosuje do siebie perfekcyjny plan treningowy. Będzie on dopasowany do indywidualnych możliwości i predyspozycji każdego człowieka co sprawi, że wszyscy, którzy zniechęcają się po pierwszym wysiłku jednak pomyślą o tym, aby dalej kontynuować przygodę z bieganiem.

Wszystkie wymienione perspektywy rozwoju tej dyscypliny są bardzo optymistyczne. Jesteśmy ciekawi, które z nich staną się rzeczywistością, a które zostaną wymazane z pamięci.

Źródła:

N. Romanov, J. Robson, Metoda POSE – Bieganie techniką dr. Romanova, Wydawnictwo: Septem
<https://www.runners-world.pl/>, 13.12.2019 r.