

- Тренировка к предельным нагрузкам в раннем онтогенезе нарушает процессы формирования временных связей в ЦНС.
- Тренировка к статическим силовым нагрузкам (тяжелая атлетика) – снижение выносливости к динамическим нагрузкам, также у тяжелоатлетов доказано снижение плотности капилляров в скелетных мышцах и отсутствие роста массы митохондрий.