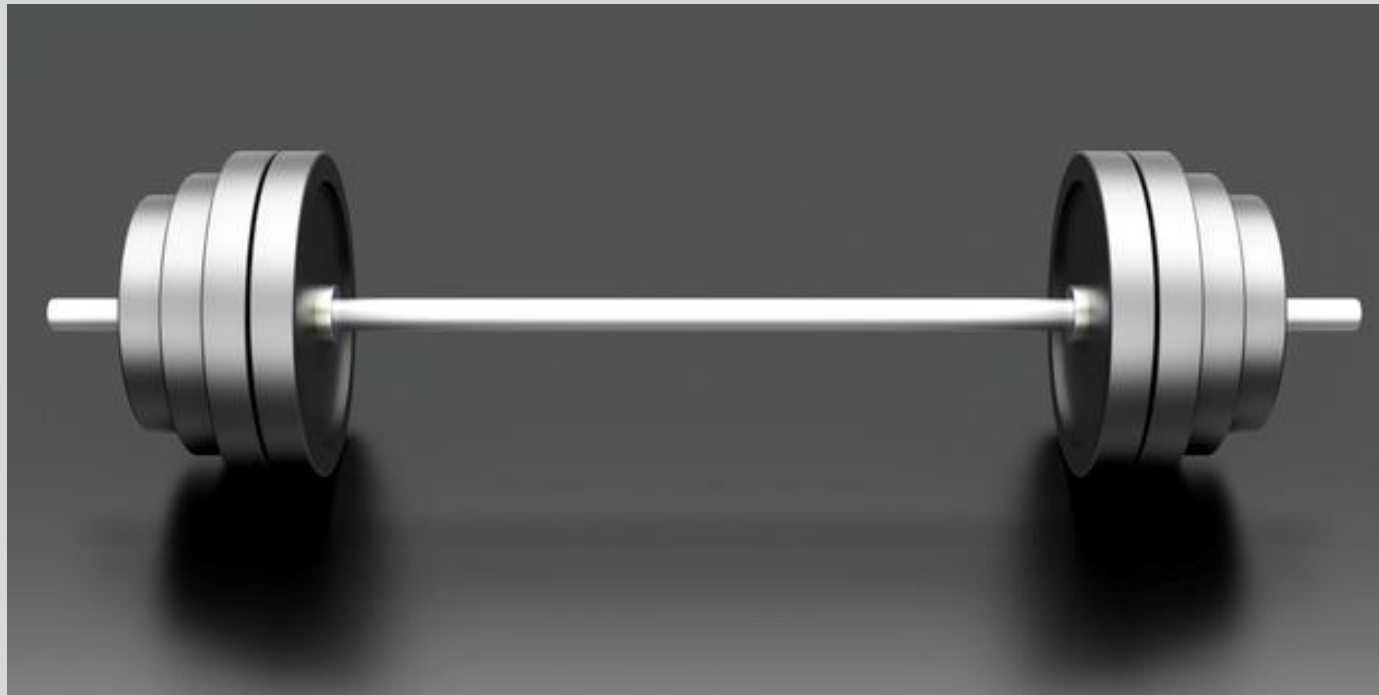




Autor: Mateusz Stączek

O czym są dane?



Kategorie zawodów

- Bench (Wyciskanie leżąc)
- Squat (Przysiad)
- Deadlift (Martwy ciąg)



Wskoczmy do danych

Język:

- R

Wykorzystane biblioteki:

- ggplot2
- dplyr
- scales

Narzędzia:

- RStudio
- PowerPoint



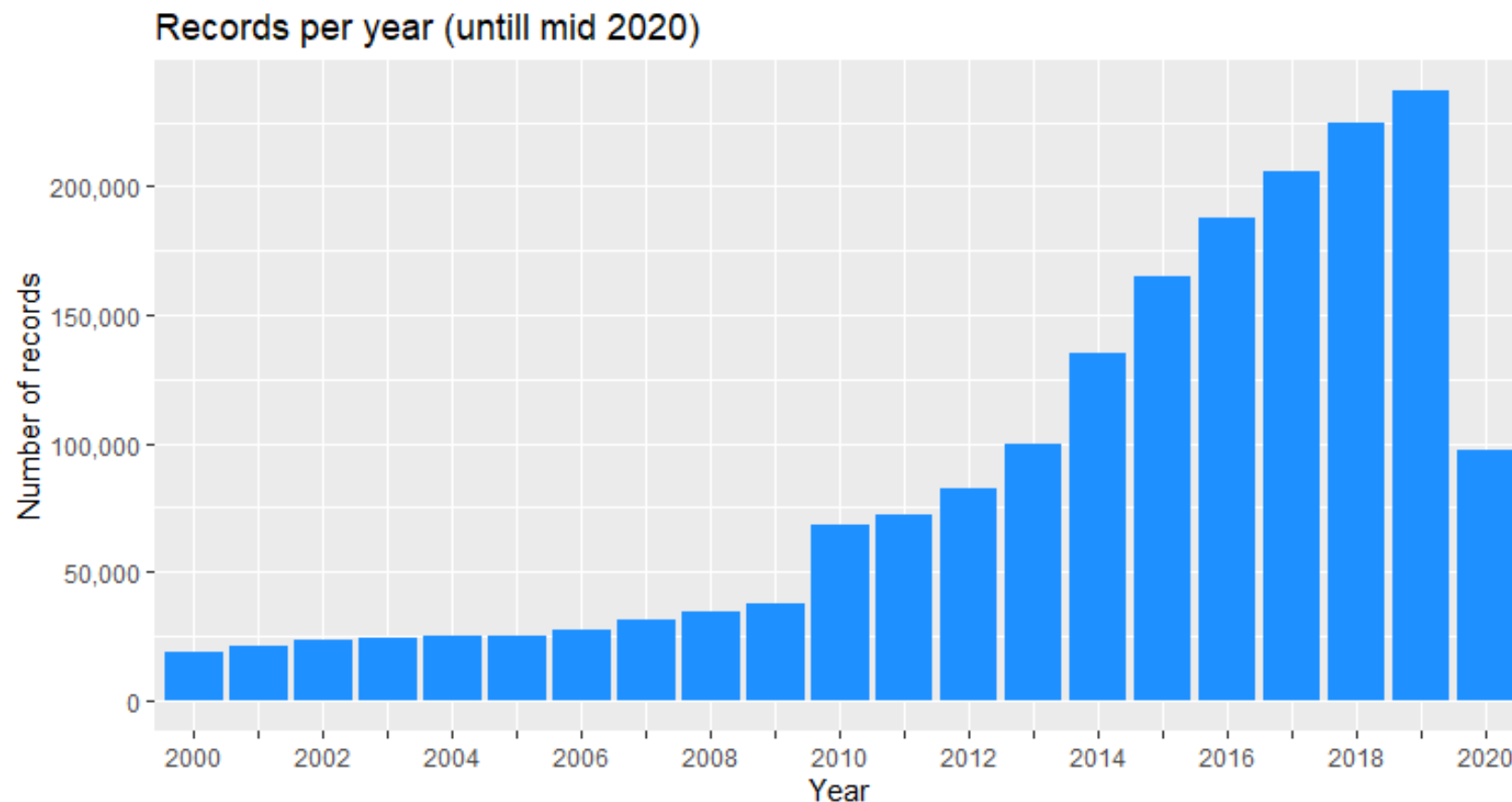
Dane ogólnie

Źródło: kaggle.com

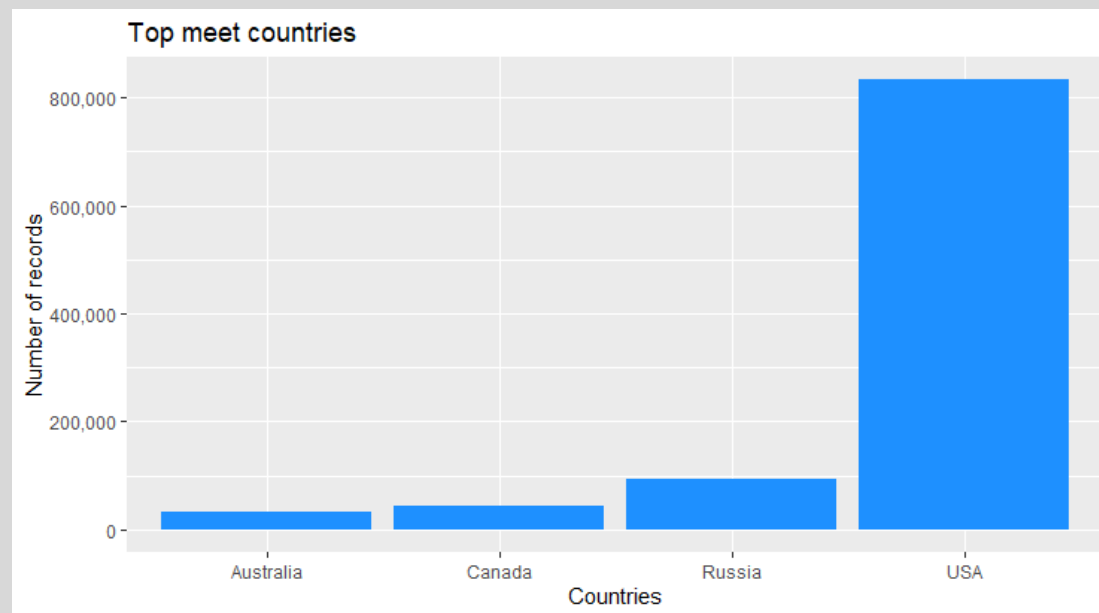
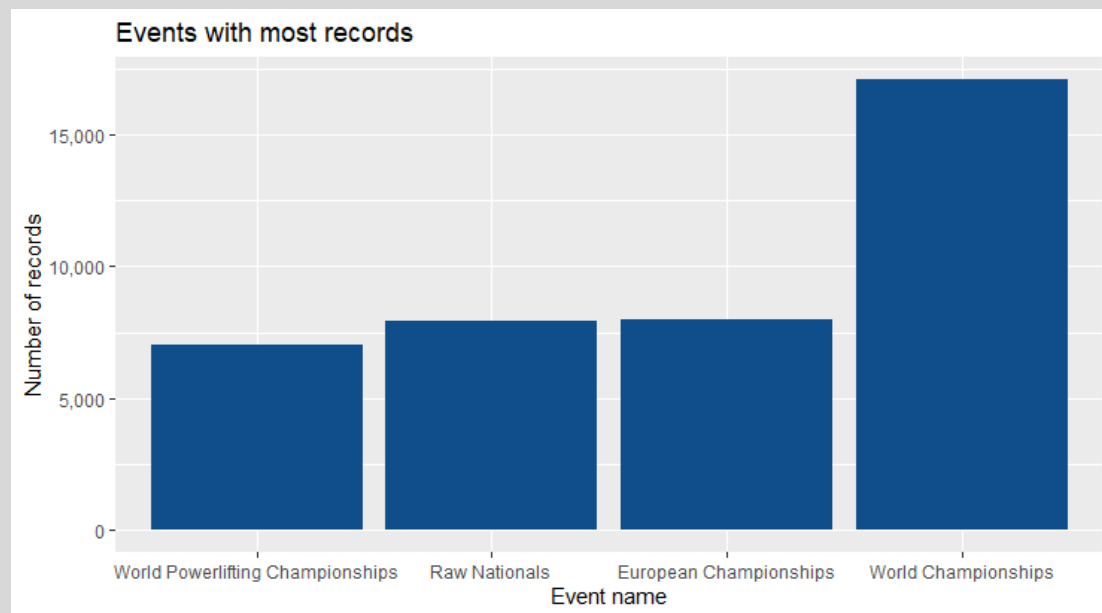
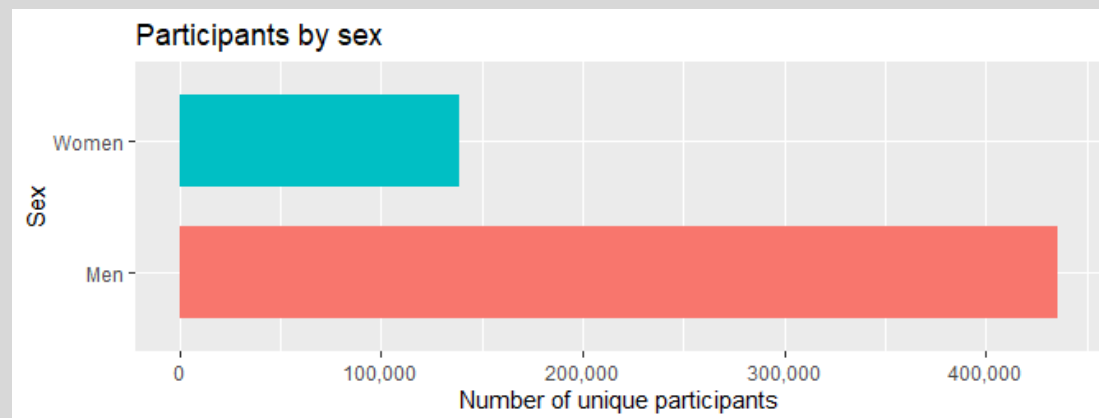
Ponad 2M rekordów

Ciekawsze kolumny:

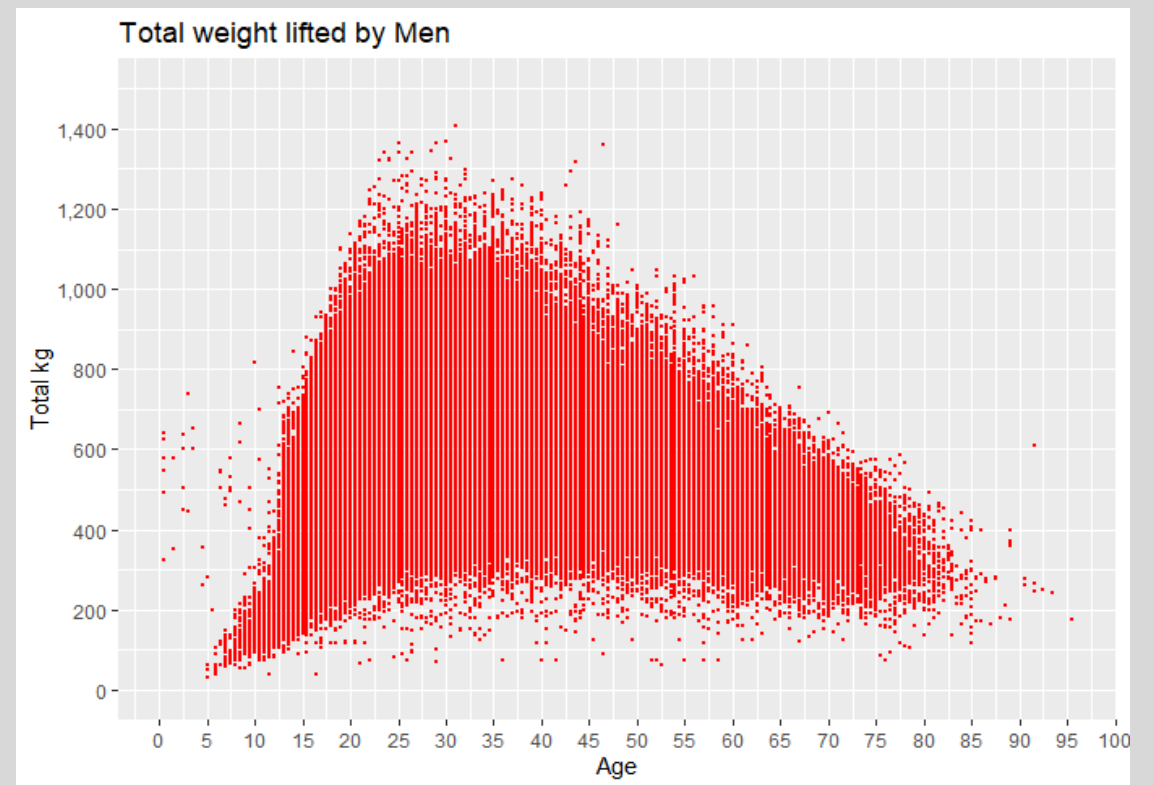
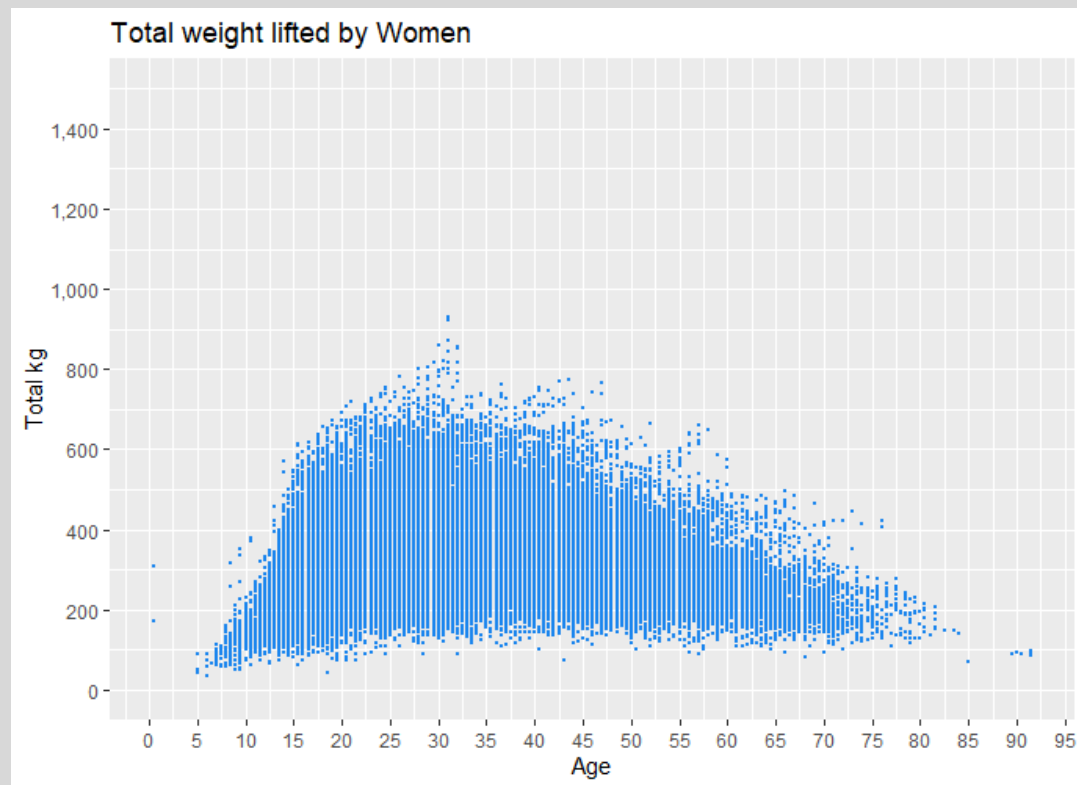
- Wiek
- Waga
- Podniesiony ciężar
- Data i miejsce eventu



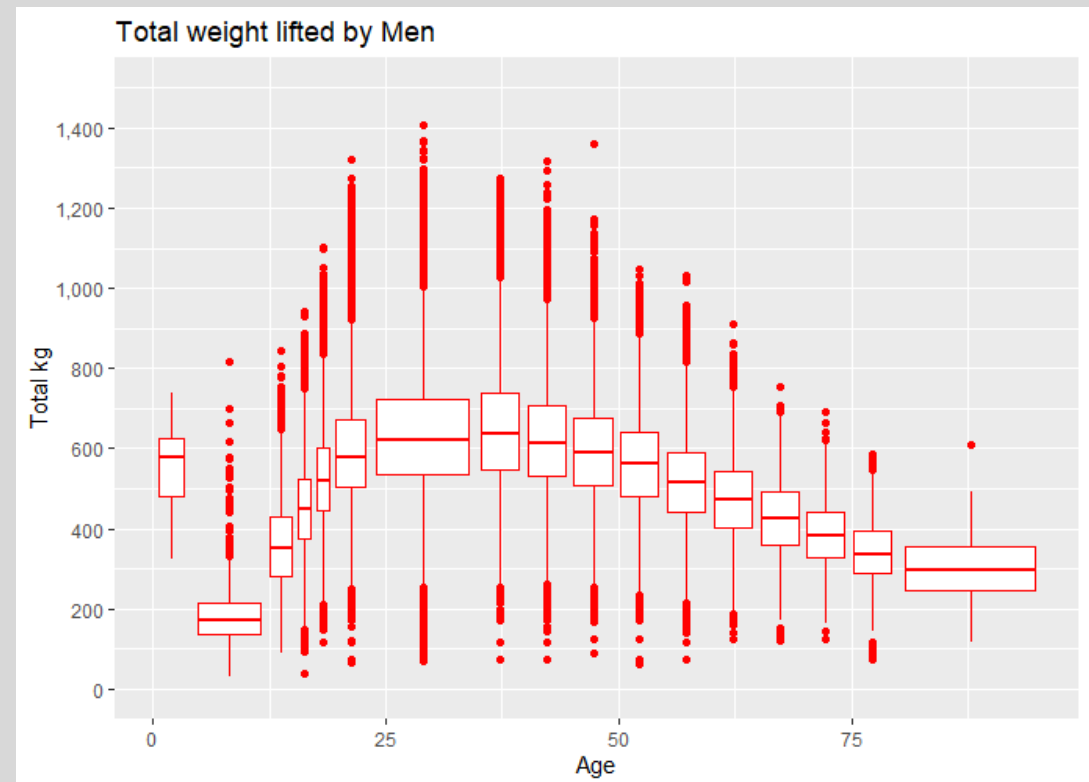
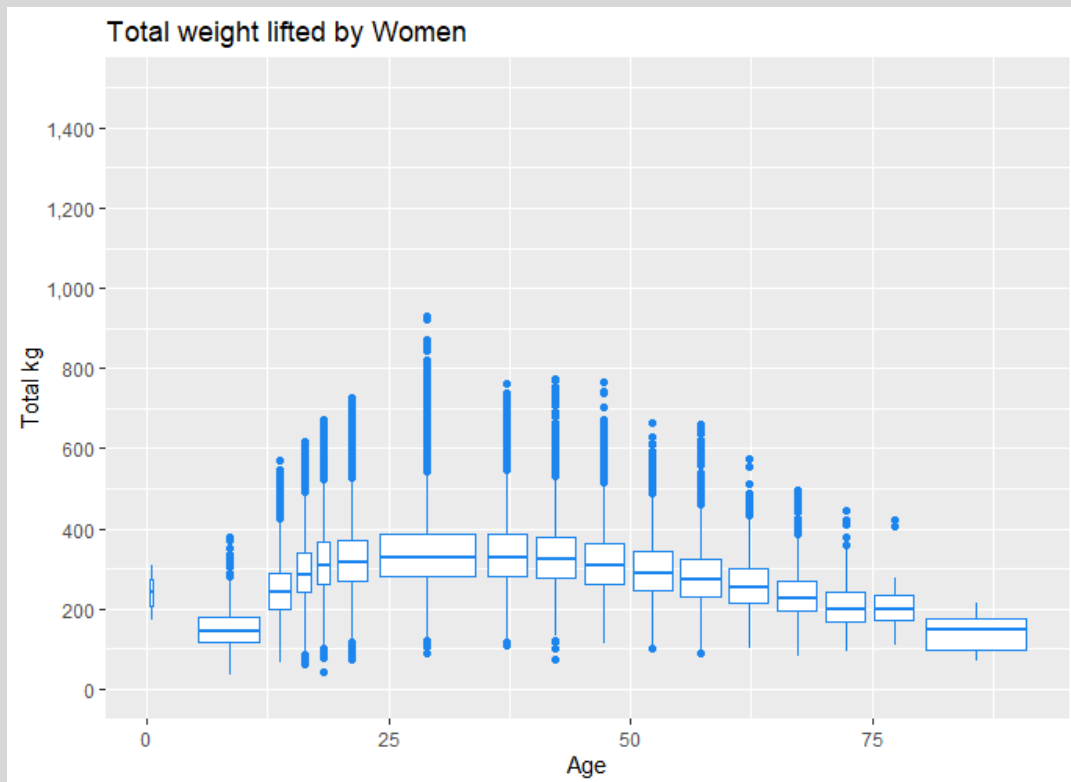
Kilka wykresów



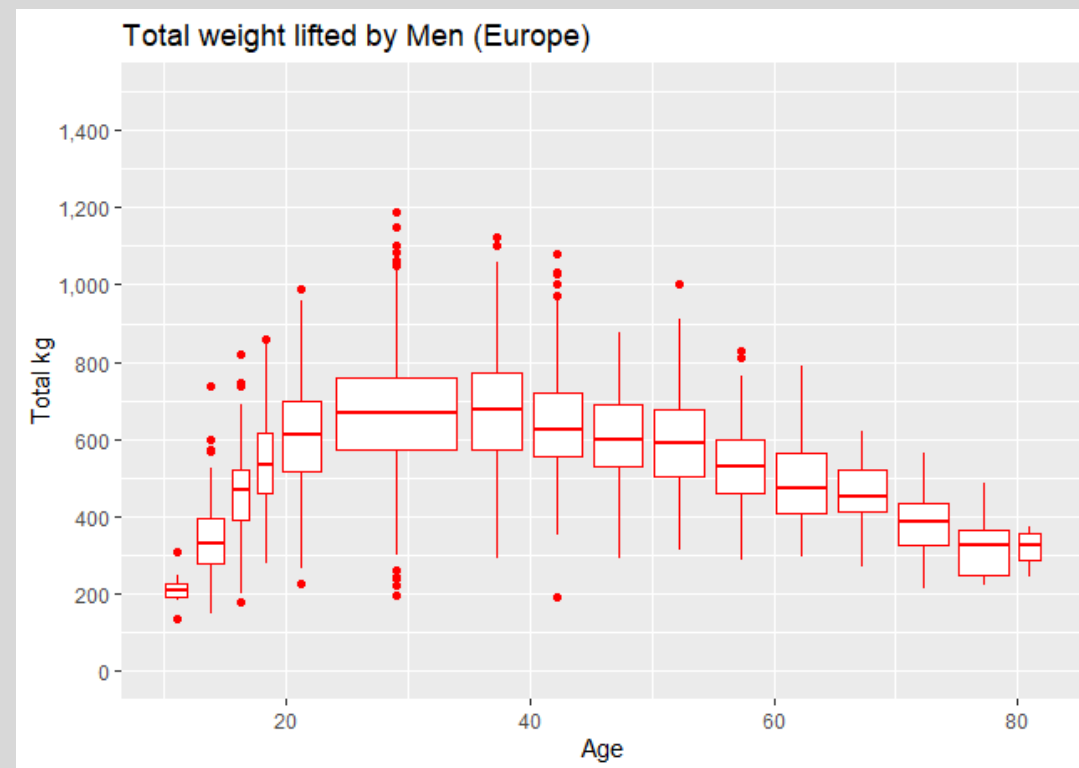
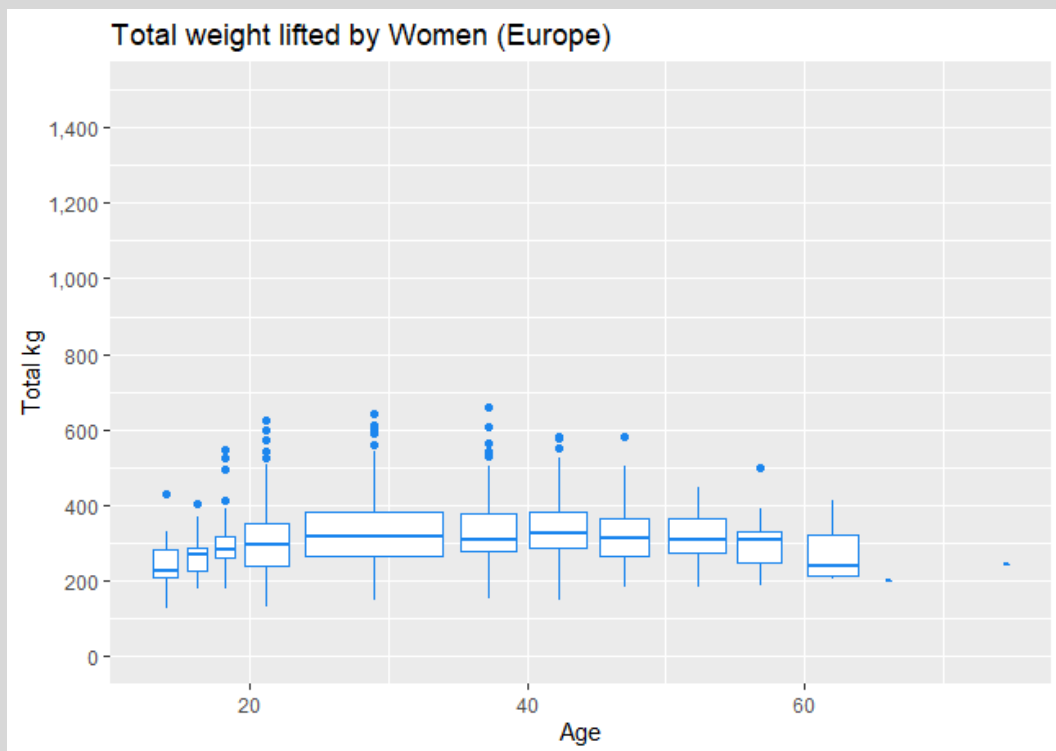
Porównanie płci



Porównanie płci w grupach wiekowych

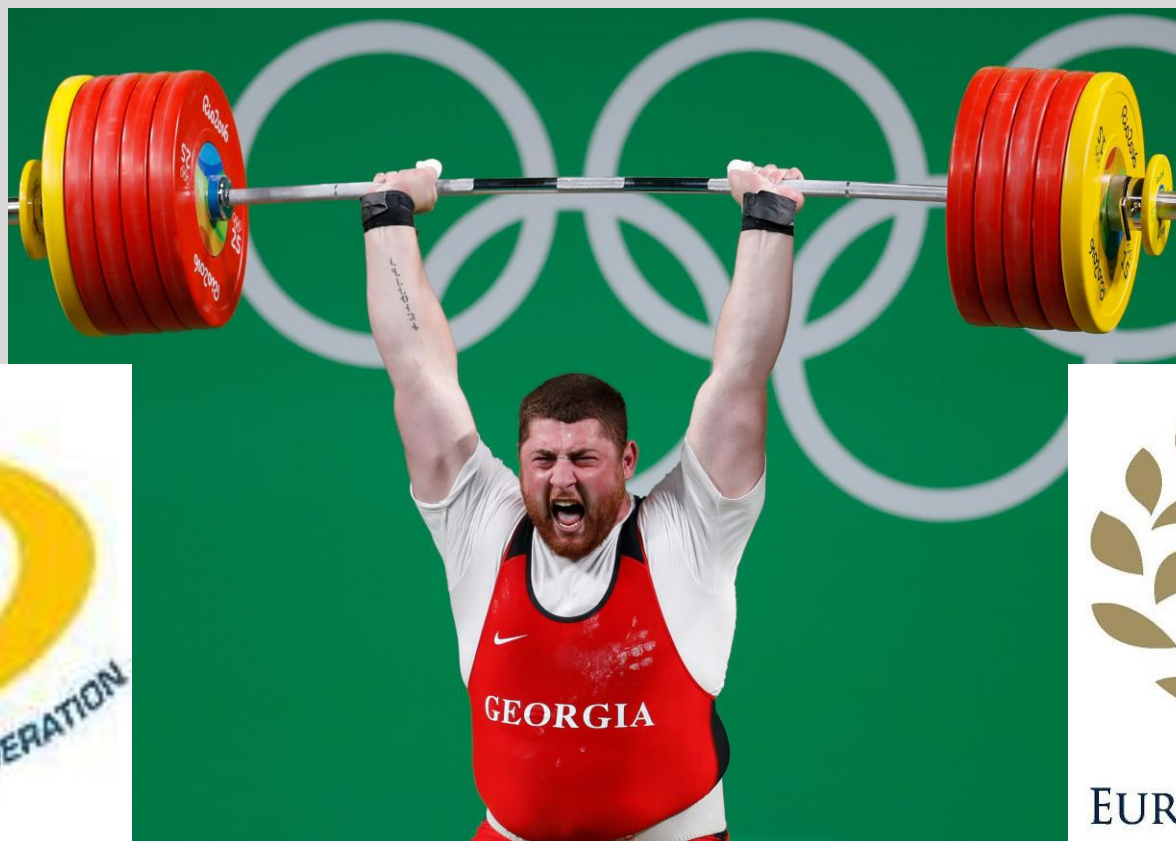


A jak wygląda to dla samej Europy?



Wykresy dla European Championships z ostatnich 10 lat.

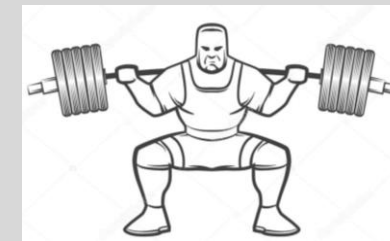
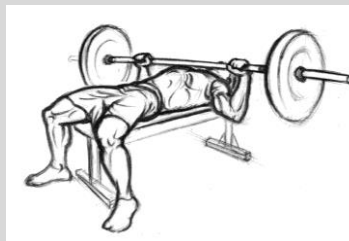
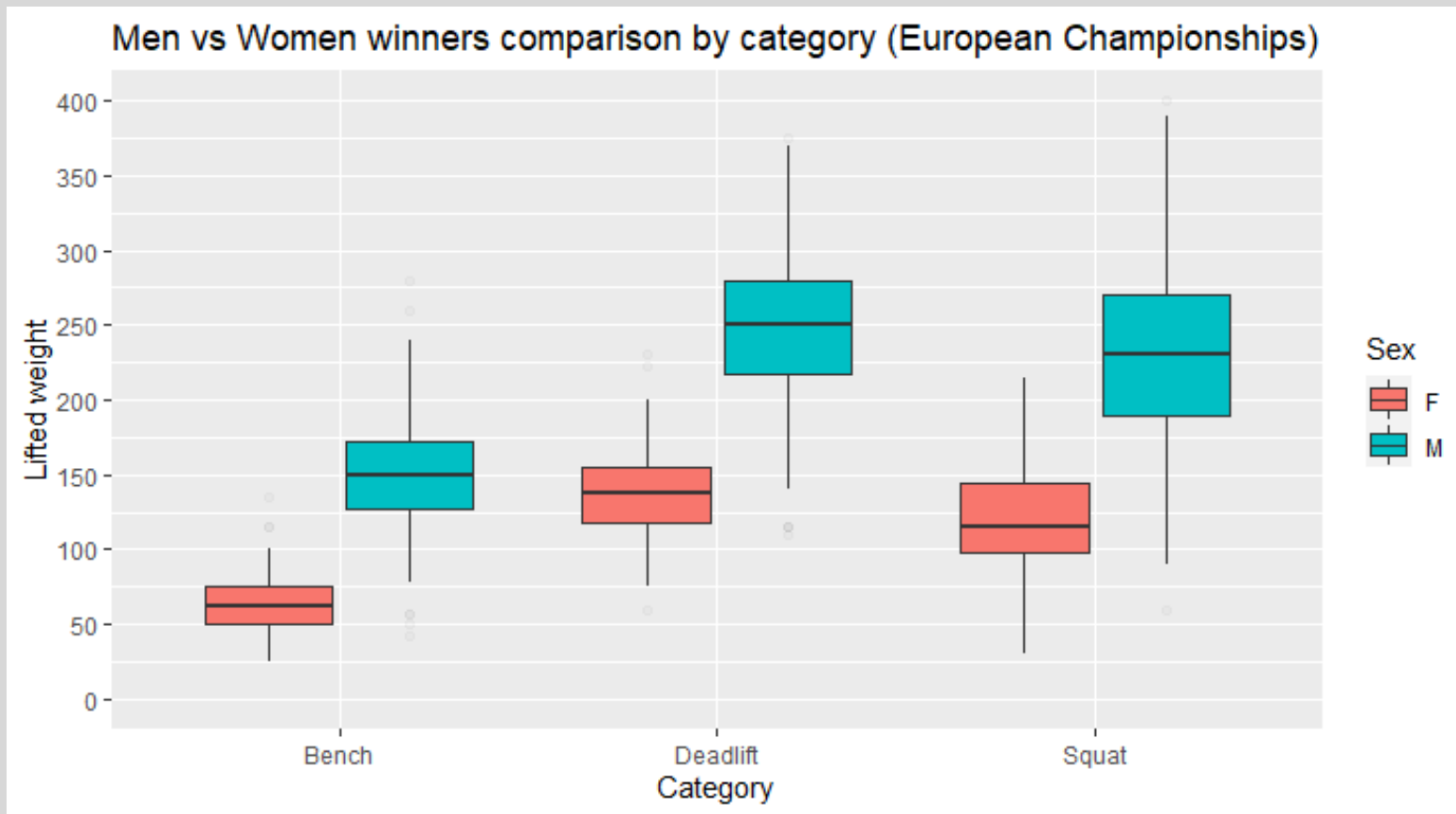
Jak wygrać?



Jak wygrać?

Wykres dla:

- Wiek: 20-25
- Event: European Championships
- Dane z ostatnich 5 lat
- Zajęte miejsce: 1





Rekordy

- Total Weight: 1407.5kg
 - Przysiad: 577.5kg,
 - Wyciskanie leżąc: 460kg
 - Martwy ciąg: 370kg



- Najstarszy uczestnik: 95.5 lat
 - Przysiad: 35kg
 - Wyciskanie leżąc: 55kg
 - Martwy ciąg: 85kg

Wnioski

Sprawność spada z wiekiem
(powoli).

Dane dotyczą głównie USA

Kobiety średnio podnoszą 2
razy mniej niż mężczyźni.

Kobiet jest na zawodach mniej.

**Aby wygrać zawody należy podnosić
znacznie więcej niż umiemy ;)**

Źródła



Dane: <https://www.openpowerlifting.org/>

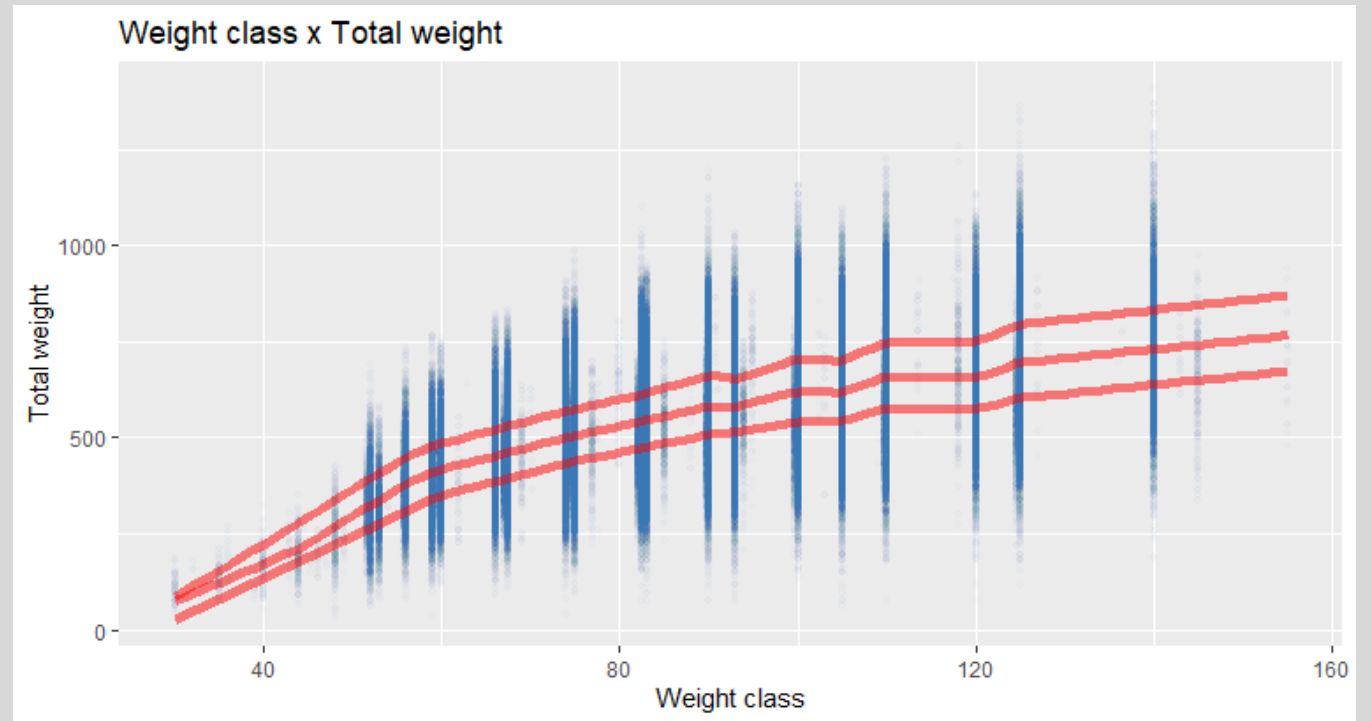
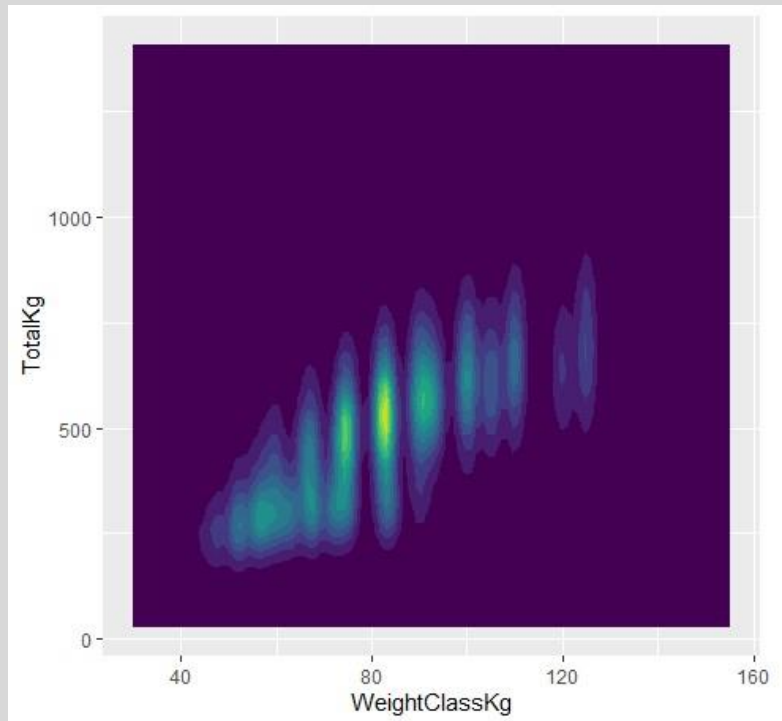
Teoria (bez niej byłoby trudno :P): <https://en.wikipedia.org/wiki/Powerlifting>

Zasady: https://www.pzkfits.pl/wp-content/uploads/2020/01/IPF_rulebook_2020_pl-v16.3-.pdf

This work used data from the OpenPowerlifting project, <https://www.openpowerlifting.org>.

You may download a copy of the data at <https://gitlab.com/openpowerlifting/opl-data>.

Dodatek zależność wagi od podniesionego ciężaru





DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ