

pom omogućuje ponovnu sintezu ATP. Koncentracija k.f. u mišiću je mala, za 20 sek se iscrpi. Pomoću k.f. i ATP (zajedno nazvanim fosfagen) mogući su kratkotrajni pokreti najveće brzine i snage.

**Kredarica** (2515 m), planinski hrbat podno Triglava na kojem se nalazi Triglavski dom, sagrađen 1896.

**Krese**, Leopold (1915), predsjednik Turističkog saveza Slovenije; sudionik NOR od 1941; poslije Oslobođenja obavlja odgovorne dužnosti u drž. upravi, privredi i društveno-političkim organizacijama Ljubljane i Sl. Dugogodišnji predsjednik Saveza za hokej na ledu, klizanje i koturaljkanje (1954–76). Prvi je uspio organizirati PS, 1966, u hokeju na ledu, u nas za sve tri grupe (A, B i C) u Ljubljani, Zagrebu i Jesenicama; zatim PS u umjetničkom klizanju i PS B skupine u hokeju na ledu, 1974. Dobitnik Bloudekove nagrade Saveza za tjelesnu kulturu Slovenije (1966).

**Krestovnikov**, Aleksej Nikolajevič (1885–1955), sovj. fiziolog, šef katedre za fiziologiju pri Institutu fizičke kulture »P. F. Lesgaft« (Lenjingrad); sa suradnicima razrađivao osnovna pitanja fiziologije sporta. Uz veliki br. radova napisao i udžbenik *Fiziologija sporta*, 1939.

**kretanje**, pomicanje dijelova tijela ili cijelog tijela koje se izvodi spontano ili promišljeno. U f.k. k. je osmišljeno u obliku tje. vježbi, koje služe određenim ciljevima tje. odgoja, sporta, rekreacije ili kineziterapije. K. može biti po putanji pravolinijsko i krivolinijsko, tj. kružno ili parabolično; po brzini jednoliko ili nejednoliko, tj. ubrzano i usporeno; po karakteru i složenosti ciklično i aciklično, odn. monostrukturno i polistrukturno.

**kretna navika**, ustaljen oblik kretanja, djelomično automatiziran. U nastajanju k.n. mehanizam uvjetovanih refleksa omogućuje da određeni podražaji i situacije dovedu do odgovarajućeg reagiranja bez znatnijeg učešća svijesti. U širem smislu k.n. je stjecanje potrebe za redovnim vježbanjem tokom cijelog života, što je jedan od najvažnijih zadataka tje. odgoja i sporta.

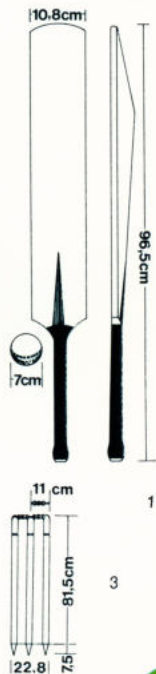
**kretne** → *gibanje*

**Kretschmer**, Ernst (1888–1964), njem. psihijatar; smatrao da je karakter čovjeka vezan uz njegovu tje. konstituciju. Kretschmerova tipologija konstitucijskih tipova razlikuje atletske, leptosomne i pikničke tip.

**kriket** (engl. cricket), sp. igra loptom i batom između dviju ekipa sa po 11 igrača (-ica); igrači nastoje oboriti suparnička vrata snažno bačenom loptom. Osnovna ideja igre zasniva se na dvoboju udarača (batsman) i čuvara polja (bowler). K. je rasprostranjen u zemljama engl. govornog područja. Igra se na ravnoj livadi, odn. travnjaku minimalne veličine 60 m × 80 m, ali igrališta su često i znatno veća. U sredini igrališta ucrtno je polje duž. 20,12 m i šir. 2,64 m. Na svakoj od poprečnih strana su po jedna vrata, sastavljena od 3 jednaka vertikalna kolčića, promjera 2 cm, obično od jasenovine; preko njih postavljene su 2 prečnice duž. po 10,2 cm. Vis. kolčića iznad tla je 73 cm. Razmak između pojedinih kolčića je 7,16 cm. Ispred vrata na udaljenosti od 1,22 m nacrtana je linija duž. 3,66 m koja s poprečnom linijom polja označava prostor udarača. Lopta ima opseg 22,38–22,86 cm, tež. 156–163 g, ispunjena je pilovinom od pluta umočenim u tutkalo i obavijena crvenom kožom. Lopta se udara (odbija) batom duž. do 96,5 cm i šir. do 10,8 cm. Igrači nose bijele košulje i hlače te bijele visoke cipe-

le, koje mogu imati čavle poput sprinterica. U opremi igrača su također posebne rukavice za udarača i za bacača, štitnici za noge i štitnik za trbuh. Igru vode dva suca, kod svakih vrata po jedan, i dva zapisničara. Pred početak utakmice kapetani ekipa biraju ždrijebom koja će ekipa početi igru u svojstvu udarača, a koja će igrati u svojstvu čuvara polja. Kapetani zajedno sa sucima utvrđuju prije početka utakmice i satnicu igranja. Utakmice nemaju određeno vrijeme trajanja. Klupske utakmice traju obično 5 sati dok utakmice regionalnih i nac. ekipa traju 3 ili 5 dana. Svaka igra sadrži 2 ili 4 kola (engl. innings). Jedno kolo je završeno kada je iz natjecanja ispalo 10 udarača ili kad kapetan te ekipe zbog velike prednosti druge ekipe objavi da ne nastavlja kolo. Ekipa koja počinje igru u svojstvu udarača ima na igralištu samo 2 igrača, koji se postavljaju, s batom u ruci, svaki pred

jedna vrata u svojstvu čuvara i udarača, dok ostali igrači čekaju izvan igrališta na svoj ulazak u igru. Igrači protivničke ekipe (čuvari polja) raspoređeni su po cijelom igralištu tako da mogu što brže uhvatiti loptu kada je udarač odbije batom. Jedan od igrača čuvara polja obavlja ulogu bacača, a jedan, koji se postavlja iza vrata, ulogu hvatača lopti koje udarač promaši. Bacač se postavlja iza poprečne linije, udaljene 20,12 m od vrata na suprotnoj poprečnoj liniji. Bacač nastoji baciti loptu što snažnije i točnije kako bi pogodio i srušio vrata. Ako udarač uspije odbiti loptu batom, oba udarača istovremeno potrče prema suprotnim vratima. Koliko puta pretrče udaljenost između vrata, toliko b. osvajaju za svoju ekipu. Uudarač ispada iz igre i zamjenjuje ga novi udarač ako: bacač loptom sruši vrata, protivnički igrači uhvate u zraku batom odbijenu loptu, međusobnim do-



KRIKET: 1. bat i lopta; 2. igra; 3. vrata; 4. igralište

