

Innis, Hubert van (1866–1961), belg. reprezentativac u strelčarstvu; pobjednik na Ol: 1900 u gađanju mete sa 33 m (cordon doré i cha-pelet), pojedinačno; 1920 u gađanju mete sa 28 m pojedinačno, sa 33 m pojedinačno i ekipno i sa 50 m ekipno.

Institut »Carl Diem«, znanstvena ustanova pri Visokoj sportskoj školi u Kölnu, osn. 1964 u svrhu proučavanja olimp. pokreta.

Institut za kineziologiju, [1] znanstvena ustanova pri Fakultetu za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu, osn. 1960 pod nazivom Zavod za istraživanja u fizičkoj kulturi, a 1966 mijenja naziv u I.z.k.; [2] znanstvena ustanova pri Visokoj školi za tjelesnu kulturu Univerziteta u Ljubljani, osn. 1970.

Institut za naučna istraživanja, posebna naučna jedinica pri Fakultetu za fizičko vaspitanje u Beogradu; djelovao od 1969 do 1976.

instruktor (lat.), početna stručna trenerska kvalifikacija amaterskog sp. radnika u izabranoj grani sporta poslije završenog kraćeg tečaja.

intenzitet opterećenja, trening: veličina napora u toku jedinice treninga ili vremenske jedinice. Aktivnosti u treningu moguće je izvoditi s različitim intenzitetom (maksimalni, submaksimalni, srednji, mali), o čemu ovisi i moguće vrijeme trajanja aktivnosti — od nekoliko sek kod maksimalnog do više sati kod malog intenziteta. I. o. je važna mjerna kategorija fiz. rada, odn. trenajnih naprezanja.

interferencija (lat.), pojava ometanja, odn. kočenja učinka zbog ukrštanja različitih psihofiz. procesa (npr. duže plivanje prije bacanja kugle, ili kada jedna ranije usvojena tehnika ometa, koči ili usporava usvajanje druge tehnike i sl.).

Interkontinentalni kup, košarka: klupsko natjecanje za svj. kup ekipa iz Evrope, Sjever. i Juž. Amerike; organizira se od 1966. U god. održavanja Ol sudjeluju nac. reprezentacije tih kontinenata.

Interlagos, auto-moto trkalište kod São Paula (Brazil); duž. staze 7,95 km; od 1973 na l. održavaju se natjecanja trkačkih automobila formule 1 za GP Brazila.

interna opomena, [1] boks: upozorenje suca u ringu, ako boksač napravi lakši prekršaj; [2] rvanje: upozorenje suca na strunjači rvaču zbog pasivnog vođenja borbe; daje se prije izricanja javne opomene.

internacionalac, uobičajeni naziv za natjecatelja ili igrača u izabranoj grani sporta koji je pozvan u reprezentaciju svog nac. saveza za nastup na nekom međ. natjecanju (npr. međ. susret nac. reprezentacija).

International Badminton Championship Challenge Cup → *Thomas Cup*

International Football Board, Međunarodna komisija za pravila nogometne igre i suce, osn. 1882, sa sjedištem u Londonu; od 1958 u njoj su 4 predstavnika nogometnih saveza V. Britanije (Engleske, Škotske, Walesa i Ir-ske) i 4 predstavnika FIFA. Komisija kontrolira primjenu pravila nogometne igre i kompetentna je za njihovo tumačenje i izmjenu.

International Journal of Sports Psychology (engl.), Međunarodni časopis za sportsku psihologiju na engl. i franc. jeziku; izlazi od 1970 u izd. Međunarodnog udruženja za psihologiju sporta. Gl. urednik: Feruccio Antonelli (Rim, Italija).

International Review of Sports Sociology (engl.), Međunarodni časopis za sportsku sociologiju na engl. jeziku i u izvodima na rus., njem. i franc. jeziku; godišnjak, izlazi od 1965

u izd. Komiteta za sportsku sociologiju Međunarodnog savjeta za sport i tjelesni odgoj pri CIEPS (UNESCO). Gl. urednik: Andrzej Wohl (Varšava, Poljska).

International Rugby Football Board (engl.), Međunarodni ragbi odbor, osn. 1890 u Manchesteru; njegovi članovi su ragbi savezi Engleske, Walesa, Škotske, Irske, Južnoafričke Republike, Australije i Novog Zelanda. Uz FIRA, to je gl. odbor nadležan za međ. pravila ragbija.

International Stoke Mandeville Games (engl.), Međunarodne igre paraplegičara u Stoke Mandevilleu, održane prvi put 1952; nazvane su po istoimenom centru za rehabilitaciju invalidnih osoba u Aylesburyju (V. Britanija). Od tada su organizirane svake god. Od 1960 te se igre održavaju svake četvrte god. pod nazivom Parolimpijske igre.

interserija, automobilizam: povezani niz evr. natjecanja na kružnim stazama za sp. automobile, sp. prototipove i dvosjede trkače automobile; održava se od 1970. u početku bez ograničenja zapremine, a od 1976 u dvije klase: [a] divizija 1, do 3 l zapremine; [b] divizija 2, do 2 l zapremine.

Intertoto kup → *Karl Rappan kup*

interval borbe, rvanje: naziv za jedan od dva dijela borbe; prema međ. pravilima rvanja borba se dijeli na dva dijela, od kojih svaki traje 3 min.

intervalni trening, planski rad na razvijanju izdržljivosti u kojem je programirano izmjenjivanje faza opterećenja i odmora, odn. intervala. Odmori su planirani tako da dovode samo do nepotpunog oporavka sportaša. U i. t. dionice opterećenja i odmori ponavljaju se u određenom ritmu, redoslijedu i intenzitetu; u načelu odmor traje dok se puls sa 180 ne spusti na 120–130 otkucaja u min. U praksi se koriste: kratka intervalna metoda (trajanje opterećenja 15 sek do 2 min), srednja intervalna metoda (trajanje opterećenja 2–8 min) i dugotrajna intervalna metoda (trajanje opterećenja 8–15 min). Kod ekstenzivnog i. t. relativno je velik obujam opterećenja uz smanjeni intenzitet, kod intenzivnog i. t. intenzitet je velik, a obujam smanjen. Metode i. t. su prvi počeli primijenjivati kod atletičara W. Gerschler i H. Rein-dell iz SR Njemačke (tzv. frajburški i. t.).

Intervizija, skraćeni naziv za udruženje TV stanica socijalističkih zemalja Evrope, osn. 1960 u Budimpešti. U razmjeni različitih TV programa (kulturnih, sp. i dr.) sudjeluju i druge zemlje, uključivši i zemlje nečlanice. I. ostvaruje veliki broj prijenosa važnijih sp. manifestacija.

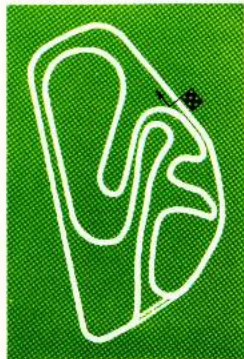
Inzell, centar za brzinsko klizanje u Chiemgau (SR Njemačka) s umjetnim ledom; u svijetu poznati zimski sp. centar u kojem su postignuti brojni SR u brzinskom klizanju.

Inzeo, Raimondo d' (1925), tal. kapetan; reprezentativac u konjičkom sportu. U preskakanju prepona na Ol osvojio je 6 medalja (1956, 2 srebrne; 1960, zlatnu i brončanu; 1964 i 1972, brončanu); na PS 1956 i 1960, zlatne.

IOA (engl. International Olympic Academy), Međunarodna olimpijska akademija; godišnji skup mladih povjesničara olimp. pokreta cijelog svijeta u Olimpiji (Grčka). Prva IOA, koja se inače održava u boriku brežuljka Kroniona iznad iskopina drevne Olimpije, održana je 1961.

IOC → *CIO*

IOR (engl. International Offshore Rule), jedrenje: međ. univerzalni pravilnik za razravanje jahta, prihvaćen 1970.



INTERLAGOS, auto-moto trkalište

IPF (engl. International Powerlifting Federation), Međunarodna federacija za discipline snage, osn. 1960 sa sjedištem u Arlingtonu (Tex., SAD); od 1973 organizira PS i prvenstva kontinenata u disciplinama snage.

ippon (jap.; jedan), [1] džudo: pobjeda na natjecanju; postiže se bacanjem protivnika na leđa ili na bok s dovoljnim zamahom, predajom protivnika koji je bio gušen ili je na njemu izvedena poluga i držanjem protivnika u trajanju 30 sek. Pobjeda i. u ekipnom natjecanju vrednuje se sa 10 b; [2] karate: pobjeda koja se dodjeljuje za pravilno izveden udarac.

ippon kumite (jap.; sparing sa jednim korakom), karate: početni oblik ili način vježbanja udara i blokada u pokretu, o čijem se toku partneri dogovaraju. Kada se i. k. svlada, prelazi se na vježbanje sambo kumite i gohon kumite. U nekim stilovima karatea još se uvijek održavaju natjecanja u i. k.: jedan natjecatelj napada udarcem po vlastitom izboru, a drugi se mora obraniti i zadati protuudarcem. Ako napadač zada udarac, dobiva poen, a ako promaši, nitko ne dobiva poen; branilac dobiva poen ako pravilno blokira napad i zada protuudarcem.

ipponken (jap.; jedan zglob), karate: zglob jednog prsta, obično srednjaka, koji proviruje iz stisnute šake. Tim zglobom obično se napadaju osjetljiva mjesta na glavi protivnika (oči, sljepoočnice itd.).

IPSRA (engl. International Professional Ski Runners Association), Međunarodni savez



R. d'INZEO



IPPON