

Měření parametrů, které rozhodují o rychlosti běhu

1.

Extenze v pletenci ramenním.

Vzdálenost mezi zevním zvukovodem a přední částí akromionu (okovec).

Hodnotíme změnu vzdálenosti v přední pozici paže a v zadní pozici.

Parametr hodnotí schopnost dolní fixace lopatky a aktivace spirály LD - latissimus dorsi.

2.

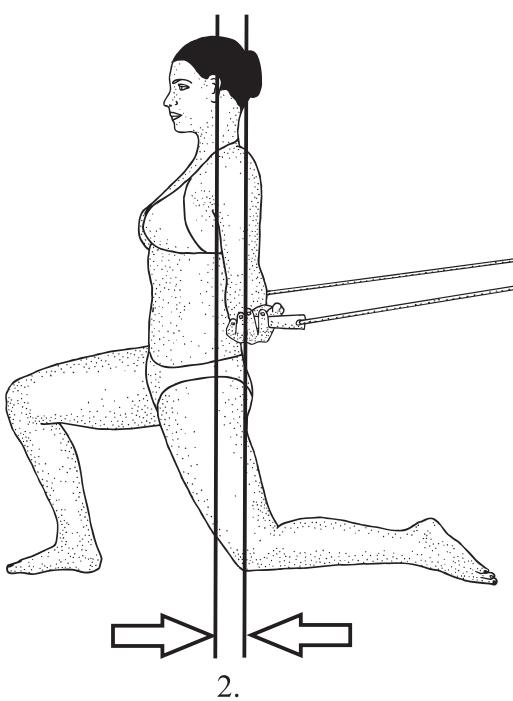
Extenze v kyčelném kloubu.

Vzdálenost mezi osou těla a patellou (českou).

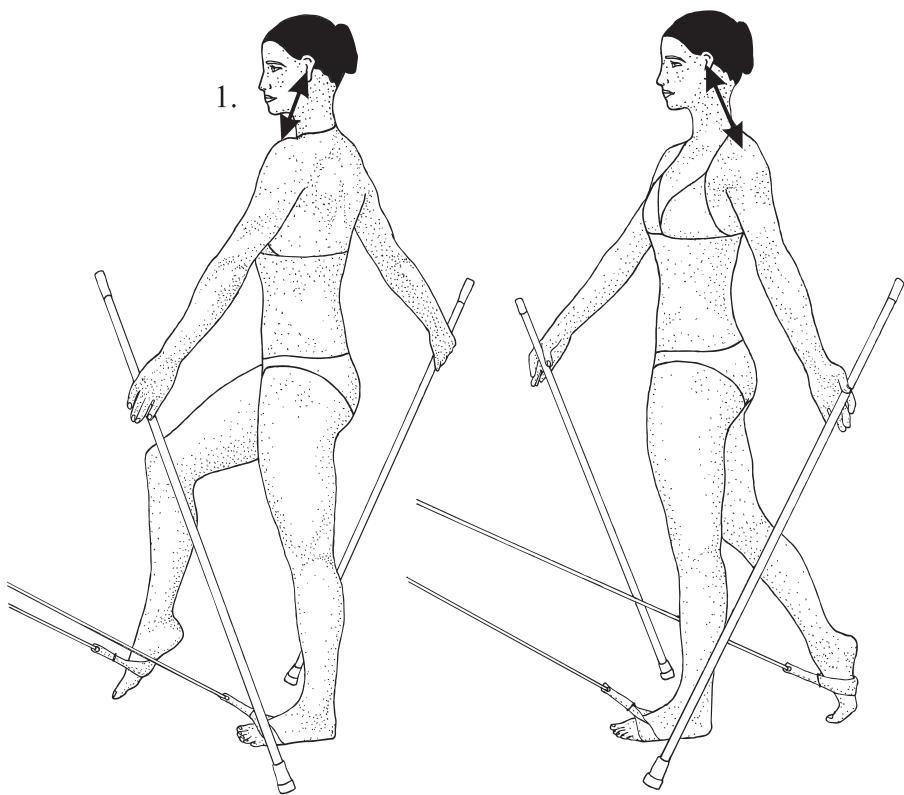
Osa těla probíhá nahoře zevním zvukovodem kolmo na povrch zemský (olovnice), dole středem pánev.

Na tělo vzadu přikládáme další tyč, která nedovolí větší lordózu, než je jeden prst (1,5 cm).

Parametr hodnotí schopnost prodloužit krok extenzí v kyčli.



1.



3.

Rotace hrudníku proti pávní.

Úhel mezi pletencem ramenním a pánevním

Měříme úhel mezi přiloženými tyčemi při pohledu shora na pletenec ramenní a pánevní.

Parametr hodnotí schopnost prodloužit krok rotací pávny.

