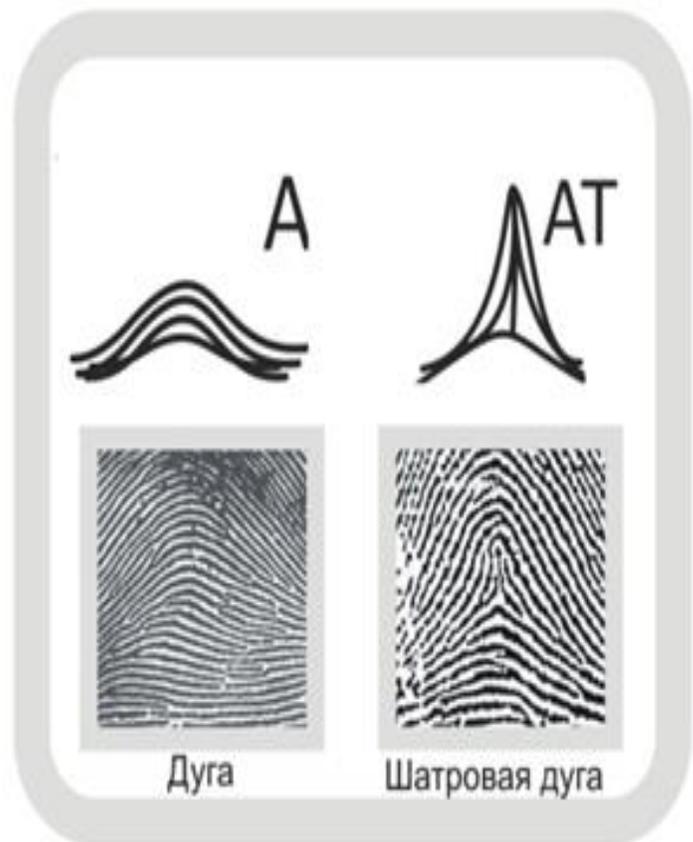
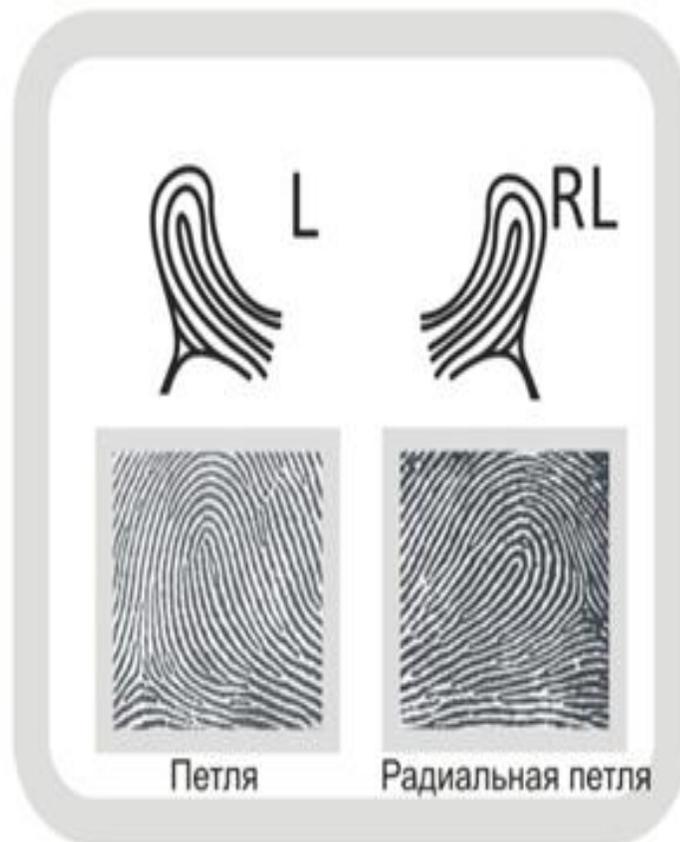


ОСНОВНЫЕ ТИПЫ ПАЛЬЦЕВЫХ УЗОРОВ

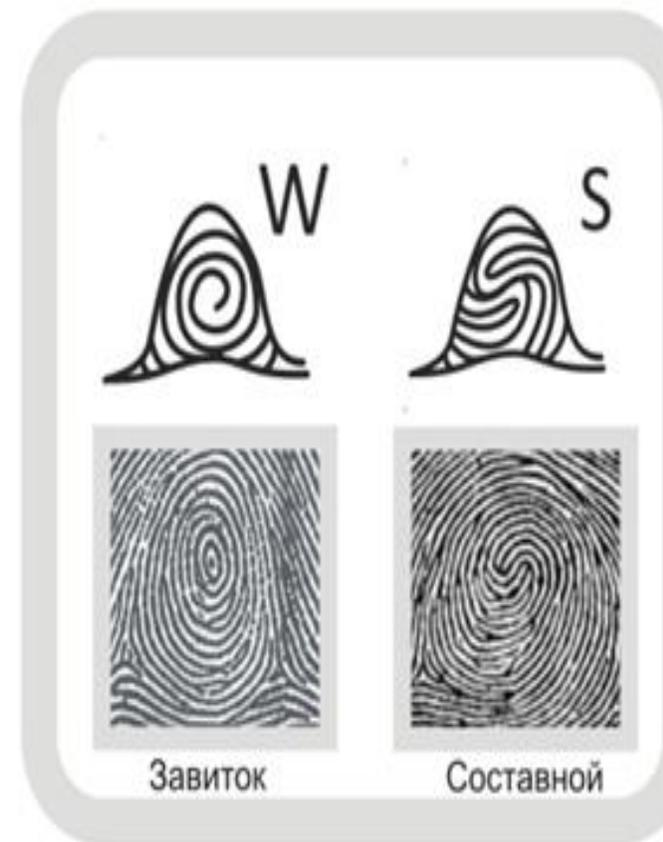
Дуги



Петли



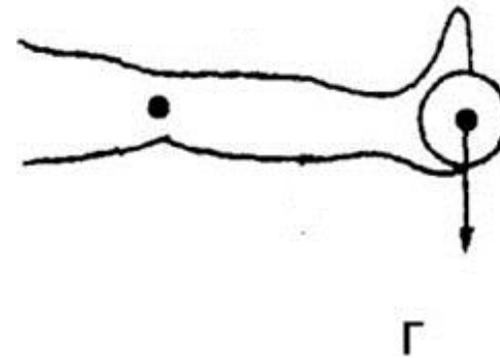
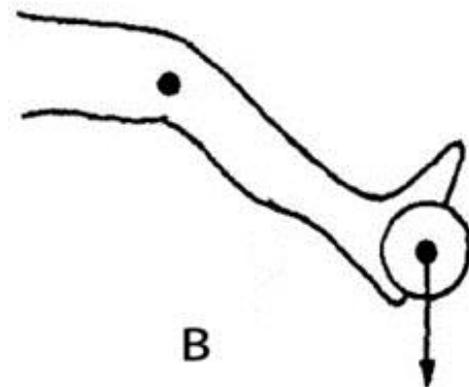
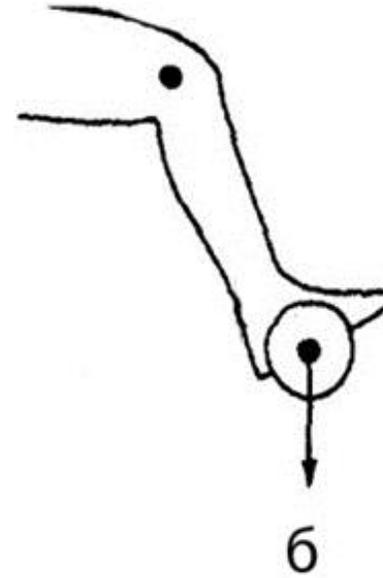
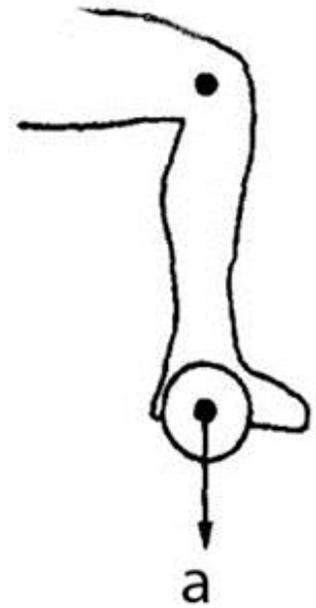
Завитки



Масса частей тела человека в % от его массы

Сегмент тела	Относительная масса сегмента, %	K	Масса сегментов тела человека, массой 100 кг	Масса сегментов тела человека, массой 70 кг
Голова	7	0,07		
Туловище	43	0,43		
Плечо	3	0,03		
Предплечье	2	0,02		
Кисть	1	0,01		
Бедро	12	0,12		
Голень	5	0,05		
Стопа	2	0,02		

Определить плечи силы тяжести гантели относительно
коленного сустава (КС)



Определить плечо силы тяжести штанги относительно тазобедренного (ТС), коленного (КС) и голеностопного (ГС) суставов



Расчет главного момента силы относительно коленного сустава

Звено, тело	Масса звена кг	Сила тяжести, Н	Плечо, см	Момент силы тяжести Нсм
Голень				
Стопа				
Гантель				
			Главный момент	

Определить плечо силы тяжести отягощения и силы, с которой спортсмен воздействует на тренажер относительно оси вращения тренажера

