

NEKA PITANJA BIOMEHANIČKIH ODLIKA DIZANJA TEGOVA

Stručni rad

Sažetak

Biomehanika, kao substratna nauka biofizike, uspješno se primjenjuje za analizu i kontrolu tehnike olimpijskog dizanja tegova. Rad se bavi nekim važnim pitanjima biomehaničkim odlikama olimpijskog dizanja. Posebna pažnja je posvećena slijedećim temama: efikasna i optimalna tehnika, idealna putanja u izbačaju i trzaju, analiza zajedničkog sistema dizač – šipka, promjena kategorije dizača sa biomehaničkog gledišta. Također, rad se bavi novim propozicijama, analizom i poboljšanjem tehnike olimpijskog dizanja, a zasnovanom na složenom sistemu. Prema novim izjavama optimalna tehnika podrazumjeva: ne šipku, nego zajednički centar gravitacije (dizač-šipka) koji bi se trebao vertikalno podizati. Ova izjava je validna u slučaju i trzaja i izbačaja.

Ključne riječi: centar gravitacije, nabačaj, trzaj, snaga, tehnika trajektorija