

Bevægelsesanalyse



SE VIDEOKLIP

PAR

Faser Vælg 3 faser af bevægelsen ud. Tegn og beskriv dem i felterne.			
Led Hvilke type led arbejder i fasen?			
Muskler Hvilke muskler arbejder i fasen?			
Muskelarbejde Hvordan arbejder musklerne, er de dynamiske eller statiske?			
Teknologi Hvilke type teknologi kunne man bruge til at tracke øvelsen?			