

LA MARCIA -ASPETTI SCIENTIFICI E TECNICI

AA.VV.

Vol 30, 1999, apr-giu, suppl.3, 136 pagg.

Parole chiave: *marcia, tecnica, didattica, allenamento, gara, valutazione, test, prestazione, fisiologia, costo energetico, traumatologia.*

Sono le relazioni presentate al convegno "Aspetti fisiologici e biomeccanici della marcia", organizzato a Castellanza dal Centro Studi & Ricerche, in collaborazione con la MAPEI, Divisione Sport. I lavori pubblicati presentano le firme di alcuni tra i più grandi esperti di fisiologia dello sport e di tecnici della disciplina.

Contenuti: Considerazioni sul tempo di esaurimento e sul consumo di ossigeno in condizioni di steady-state, a diversi carichi di lavoro / La valutazione funzionale del marciatore ai fini prestativi / Il rifornimento della prova di marcia nei 50 km. / Analisi del passo nella marcia mediante "rilievo a terra" / Costo energetico della marcia / Andamento del costo energetico della marcia in funzione della velocità / La lunghezza del passo di marcia / La lunghezza del passo in funzione della velocità di marcia, con differenti inclinazioni del suolo e con differenti sovraccarichi / Relazione tra la lunghezza del passo e alcune caratteristiche antropometriche dei marciatori / Valutazione dei disturbi all'apparato locomotore nel marciatore / L'allenamento dei marciatori slovacchi, finlandesi e italiani.