

Θέμα 4^ο

4.1

Συγκρίνοντας την ισοκινητική με την ισοτονική άσκηση τι παρατηρούμε όσο αφορά την δύναμη και την αντίσταση ως προς την τροχιά, αλλά και τη δύναμη του μυός.

Μονάδες 15

4.2

Τα ισοκινητικά δυναμόμετρα παρέχουν κάποιες δυνατότητες που δεν αφορούν αυτή καθαυτή την ισοκίνηση. Ποιες είναι αυτές οι δυνατότητες;

Μονάδες 10