

caca niquel 30 linhas

No halterofilismo, competem homens e mulheres que possuam deficiência nos membros inferiores (amputados e lesionados medulares) e paralisados cerebrais.

Os atletas executam um movimento chamado supino, deitados em um banco. Cada competidor tem três tentativas. O maior peso levantado em uma tentativa é considerado o melhor resultado final.

Deficiências Atletas com deficiência física nos membros

inferiores

Baixa

estatura

Paralisia cerebral

Masculino

Feminino

Provas

Os atletas executam um movimento chamado supino, deitado em um banco. Cada competidor tem três tentativas. O maior peso levantado em uma tentativa é considerado o melhor resultado final.

O Movimento no Halterofilismo Durante a disputa, três árbitros avaliam as tentativas de levantamento de peso. A bandeira branca significa que o movimento foi válido e, a vermelha, inválido. O atleta precisa ter, pelo menos, duas bandeiras brancas para que os quilos levantados sejam considerados. O atleta deve suportar o peso com os braços estendidos (posição inicial) até o comando do árbitro. Depois, descer a barra encostado no corpo com uma parada evidente. Por fim, elevar a barra à posição inicial.

Classes no Halterofilismo Os atletas competem em uma classe única, dividido

s por categorias de peso corporal, assim como na modalidade olímpica. São disputadas dez categorias masculinas e dez femininas. Divisão por categorias de peso: Masculino -49kg, -54kg, -59kg, -65kg, -72kg, -80kg, -88kg, -97kg, -107kg e +107kg Feminino -41kg, -45kg, -50kg, -55kg, -61kg, -67kg, -73kg, -79kg, -86kg e +86kg

Autor: bandysautoservice.org

Assunto: caca niquel 30 linhas