

Attilio Sacripanti, *Biomeccanica degli sport di combattimento. Analisi scientifica delle tecniche di base e della dinamica competitiva* (1995) Ed. FILPJK  
collana Biomeccanica - volume sesto

Secondo volume della collana dedicata alla biomeccanica, questa è la prima pubblicazione in assoluto a trattare della materia in riferimento agli sport di combattimento in modo organico e completo e finalizzandola all'utilizzo da parte degli insegnanti.

Scopo principale di tale scienza multidisciplinare è quello di individuare, dapprima, i meccanismi semplici di base della disciplina sportiva, poi di impostare razionalmente le metodiche di allenamento e, infine, di migliorare la tecnica personale degli atleti di élite per aumentarne le prestazioni in gara.

Per quanto gli sport di combattimento appaiano complessi per le varietà delle situazioni nelle quali la prestazione ha luogo, anche per la presenza dell'avversario, la biomeccanica risulta uno strumento essenziale ai fini della valutazione funzionale dell'atleta ed dell'individuazione della tecnica sportiva razionale. Fondamentale, quindi, per tutti coloro i quali ambiscono alla prestazione ottimale in gara ed alla massimizzazione del risultato sportivo.