

Attilio Sacripanti, *Fondamenti di biomeccanica. Introduzione alla meccanica del corpo umano per l'analisi scientifica degli sport di combattimento e della pesistica moderna* (1995) Ed. FILPJK - collana Biomeccanica - volume quinto

Inizia con il presente volume la collana dedicata alla biomeccanica ossia la branca scientifica che studia la meccanica del corpo umano ed il suo movimento.

Il trattato introduce alla conoscenza di base di un essenziale ambito scientifico utile agli insegnanti per pervenire ad una corretta valutazione delle capacità fisiche e motorie dei propri allievi, finalizzata al loro miglioramento atletico ed alla scelta delle giuste metodiche di allenamento.

Con la lettura del presente volume sarà facile approfondire alcuni concetti quali quelli di postura, locomozione, prestazione atletica, capacità di lavoro, consumo energetico, tutti fondamentali per gli addetti ai lavori ed interessanti anche per il semplice lettore.