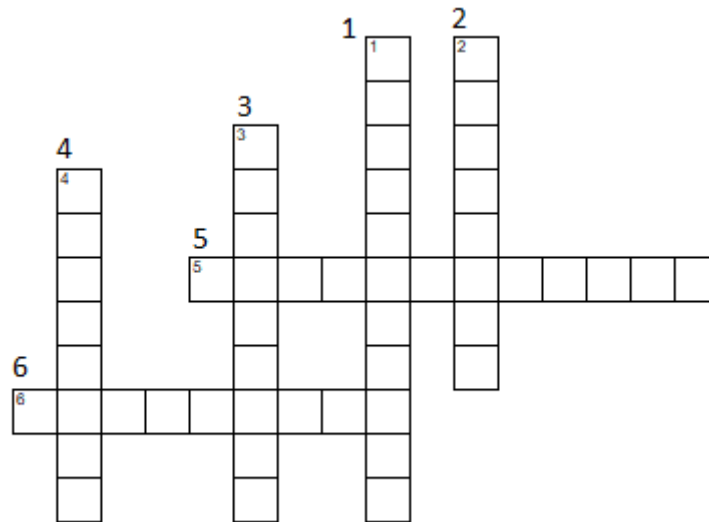


CAPACIDADES BÁSICAS



Horizontales

5. Capacidad de una articulación para moverse en toda su amplitud.
6. Capacidad para llevar a cabo acciones motrices en el menor tiempo posible.

Verticales

1. Capacidad de un músculo para elongarse y volver a su forma original.
2. Velocidad para reaccionar en la menor cantidad de tiempo posible frente a un estímulo.
3. Fuerza del cuerpo para cargar o mover un objeto (potencia)
4. Velocidad que incluye o se relacione con otros factores.

