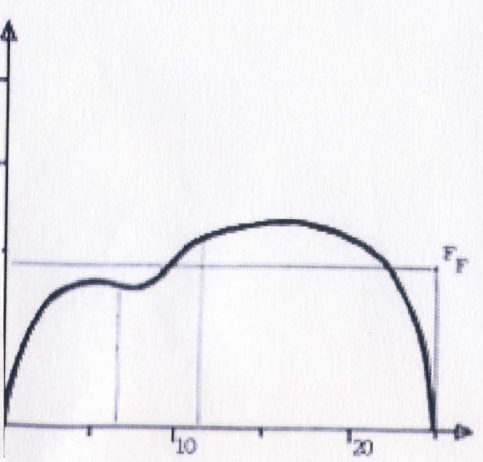
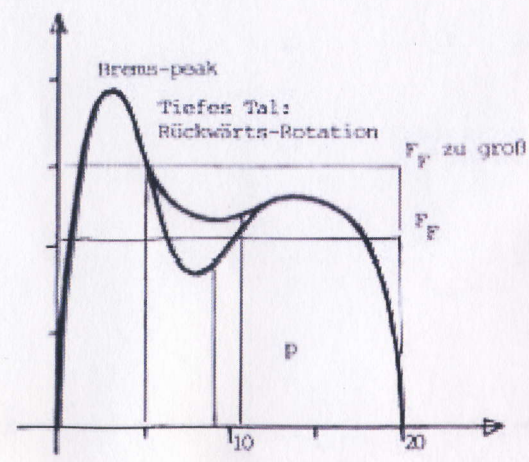
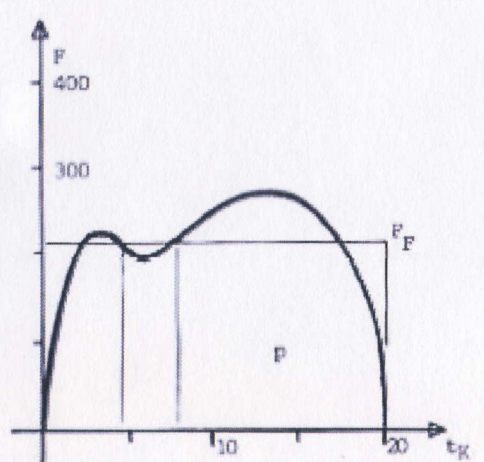


TABELLE 2 Abflugwinkel mit Abflug-Geschwindigkeit, entsprechender Anlauf-Geschwindigkeit, Flugweite (L), Bodenkontakt-Zeit (t_K) und Kraft-Faktor (F_F)

Abflugwinkel 45°						50°						55°						60°						65°						70°									
Höhe	V _{Abf}	V _{Anl}	L	t _K	F _F	V _{Abf}	V _{Anl}	L	t _K	F _F	V _{Abf}	V _{Anl}	L	t _K	F _F	Höhe	V _{vert}	t _{Flug}	V _{Abf}	V _{Anl}	L	t _K	F _F	V _{Abf}	V _{Anl}	L	t _K	F _F	V _{Abf}	V _{Anl}	L	t _K	F _F	V _{Abf}	V _{Anl}	L	t _K	F _F	Höhe
10	1,98	1,90	0,40	515	1,27	1,83	1,74	0,34	561	1,25	1,71	1,59	0,28	606	1,23	10	1,400	0,286	1,62	1,48	0,23	645	1,21	1,54	1,38	0,19	684	1,20	1,49	1,31	0,15	714	1,20	10					
20	2,80	2,88	0,80	352	1,58	2,58	2,60	0,67	386	1,56	2,42	2,38	0,56	416	1,48	20	1,960	0,404	2,29	2,30	0,46	445	1,44	2,18	2,04	0,37	474	1,41	2,11	1,92	0,29	496	1,39	20					
30	3,42	3,70	1,20	281	1,91	3,16	3,30	1,00	310	1,81	2,95	3,03	0,84	334	1,75	30	2,242	0,458	2,79	2,78	0,69	359	1,69	2,67	2,62	0,60	378	1,65	2,58	2,42	0,44	400	1,60	30					
40	3,96	4,45	1,60	238	2,27	3,66	4,00	1,34	261	2,15	3,42	3,63	1,12	284	2,04	40	2,800	0,571	3,24	3,37	0,93	303	1,96	3,09	3,07	0,75	325	1,88	2,98	2,85	0,58	343	1,81	40					
50	4,42	5,13	1,99	209	2,64	4,08	4,60	1,67	230	2,47	3,81	4,17	1,40	251	2,33	50	3,130	0,639	3,61	3,81	1,15	270	2,22	3,45	3,50	0,93	288	2,12	3,33	3,45	0,73	304	2,04	50					
55	4,64	5,47	2,20	198	2,84	4,29	4,91	1,85	217	2,65	4,00	4,43	1,54	237	2,49	55	3,283	0,670	3,79	4,05	1,27	255	2,36	3,62	3,72	1,03	272	2,25	3,49	3,43	0,80	289	2,15	55					
60	4,85	5,80	2,40	188	3,05	4,48	5,20	2,01	207	2,83	4,19	4,70	1,68	225	2,65	60	3,429	0,700	3,96	4,27	1,38	243	2,50	3,78	3,92	1,12	260	2,37	3,65	3,62	0,87	275	2,27	60					
65	5,04	6,11	2,60	179	3,24	4,66	5,47	2,18	197	3,01	4,36	4,94	1,82	215	2,81	65	3,569	0,728	4,12	4,50	1,50	232	2,64	3,94	4,12	1,21	248	2,50	3,80	3,80	0,95	263	2,38	65					
70	5,24	6,43	2,80	171	3,46	4,84	5,75	2,35	189	3,19	4,52	5,18	1,96	206	2,97	70	3,704	0,756	4,28	4,72	1,62	222	2,79	4,09	4,32	1,31	238	2,63	3,94	3,97	1,02	253	2,50	70					
75	5,42	6,74	3,00	164	3,66	5,00	6,01	2,51	182	3,37	4,68	5,42	2,10	198	3,13	75	3,834	0,782	4,42	4,92	1,73	214	2,93	4,24	4,51	1,40	228	2,77	4,09	4,14	1,09	243	2,62	75					
80	5,60	7,04	3,20	158	3,88	5,17	6,30	2,68	174	3,57	4,83	5,66	2,24	191	3,30	80	3,960	0,808	4,57	5,14	1,85	206	3,08	4,37	4,69	1,49	221	2,90	4,21	4,30	1,16	235	2,73	80					
85	5,77	7,33	3,39	153	4,09	5,32	6,53	2,84	169	3,75	4,98	5,89	2,38	184	3,47	85	4,082	0,833	4,71	5,34	1,96	199	3,23	4,50	4,87	1,59	213	3,03	4,34	4,46	1,24	227	2,86	85					
90	5,95	7,65	3,61	147	4,34	5,49	6,80	3,03	163	3,95	5,13	6,13	2,53	178	3,65	90	4,200	0,857	4,85	5,54	2,08	192	3,39	4,63	5,05	1,68	207	3,16	4,47	4,62	1,31	220	2,98	90					
95	6,10	7,91	3,79	143	4,54	5,63	7,05	3,18	158	4,14	5,27	6,35	2,67	174	3,76	95	4,315	0,881	4,98	5,74	2,19	187	3,54	4,76	5,22	1,77	200	3,30	4,59	4,78	1,38	213	3,10	95					
100	6,26	8,21	4,00	138	4,77	5,78	7,30	3,36	153	4,34	5,41	6,58	2,81	167	4,00	100	4,427	0,903	5,11	5,94	2,31	181	3,69	4,88	5,39	1,86	195	3,44	4,71	4,94	1,46	207	3,23	100					
105	6,42	8,50	4,20	134	5,01	5,92	7,56	3,53	148	4,55	5,54	6,78	2,94	162	4,17	105	4,536	0,926	5,24	6,13	2,42	176	3,85	5,00	5,57	1,96	189	3,58	4,83	5,09	1,53	202	3,36	105					
110						6,06	7,80	3,70	144	4,75	5,67	7,00	3,08	158	4,35	110	4,643	0,948	5,36	6,32	2,54	171	4,01	5,12	5,74	2,05	184	3,72	4,94	5,23	1,60	197	3,48	110					
115						6,19	8,03	3,85	141	4,95	5,79	7,21	3,22	154	4,53	115	4,748	0,969	5,48	6,50	2,65	167	4,17	5,24	5,90	2,14	179	3,87	5,05	5,38	1,67	192	3,61	115					
120						6,33	8,30	4,03	137	5,18	5,92	7,43	3,37	150	4,72	120	4,850	0,990	5,60	6,70	2,77	163	4,34	5,35	6,07	2,24	175	4,02	5,16	5,53	1,75	187	3,74	120					
125						6,46	8,53	4,20	133	5,39	6,04	7,63	3,50	146	4,90	125	4,950	1,010	5,71	6,88	2,89	159	4,50	5,46	6,23	2,33	171	4,16	5,27	5,67	1,82	183	3,87	125					
130											6,36	7,84	3,64	143	5,10	130	5,048	1,030	5,83	7,06	3,00	155	4,67	5,57	6,39	2,42	167	4,31	5,37	5,81	1,89	179	4,00	130					



In dieser Tabelle entfaltet sich dem wahrhaft Suchenden das ganze Spektrum der Anlauf-Abprung-Dynamik. Je nach Abflugwinkel variieren die Anlaufgeschwindigkeiten, die Kontaktzeiten, die Weite des Fluges (L) und die erforderliche Mindestkraft (F_F) als Faktor mit dem jeweiligen Körpergewicht des Springers. Im Beispiel nehmen wir eine Flughöhe von 65 cm bei 50° (links optimal, mitte bei zu hoher Anlaufgeschwindigkeit und entsprechend übersteigertem Bremsstoß) und rechts bei 65° Abflugwinkel und optimaler Gestaltung. Der errechnete Kraftwert entspricht der waagerechten Linie und stellt den Durchschnitt für die Kraftkurve dar. Die Fläche in diesem Rechteck entspricht der Fläche in der Kurve. Die senkrechten Linien teilen die Fläche in Brems-, Halte- und Abstoß-Impuls. Dieser ist links und mitte gleich und rechts geringer, da langsamer und dafür steiler gesprungen wird.