**Skizzen zu Teilleistungen im Hochsprung**

**Körperschwerpunkthöhe, Steigehöhe Lattenüber-**

**Absprungende höhung**

***( 3 )***

**KSP,A Hubhöhe s**

*( 1.1 ) (1.2)*

**Rücklagewinkel δ Körpergröße**

* + 1. ***(1.1.2)***

**δ Größe Kraftf. KF Schwungelemente**

***(2.6.2)* *(1.3)***

**h2,1 = Teilhöhe h2,2 = Teilhöhe h2,3 = Teilhöhe aus**

**aus Rest-Anl.-V aus Absprung selbst Schwungelementen**

**= VAB,1 = VAB,2 = VAB,3**

***(2.5) (2.6) (2.7)***

**= VAB, res.**

***(2.1)***

**Bremsstoß Absprungwinkel α mögl.V horz.**

***(2.5.1) (2.5.2) (2.5.2)***

**Hubhöhe Absprungzeit Verhältnis Verhältnis Anteil**

**S t t zu α t zu KF VAB,3**

***(2.6.1) (2.6.1) (2.6.2) (2.6)***

**KSP,Ende  Hubhöhensteigerung Teil-V für**

**S.-Bein + Arme**

**Cosinussatz Anlaufwinkel Anteile**

***(2.1) (2.1)* VAB,1/ 2 / 3**

***(2.3)***

**Skizze 1 :**

δ

h δ

α β

Bremsstoß

**Skizze 2 :**

**Fz,vertikal**

δ

Bremsstoß

δ

- F B, vertkal