

ZAPOBIEGANIE KONTUZJOM PODCZAS AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ

Sylwia Krużlak
dyplom licencjacki
promotor: dr hab prof. Marek Liskiewicz
2018-02-26



PLAN PREZENTACJI



ZALETY

- / obniża poziom stresu
- / energia i motywacja
- / młodość
- / hormony szczęścia
- / opóźnia proces starzenia się mózgu



ĆWICZENIA TO NAJLEPSZA POLISA NA ŻYCIE !

ROZWÓJ OSOBISTY

/ doskonalenie charakteru

/ wytrwałość

/ uczciwość

/ etyka

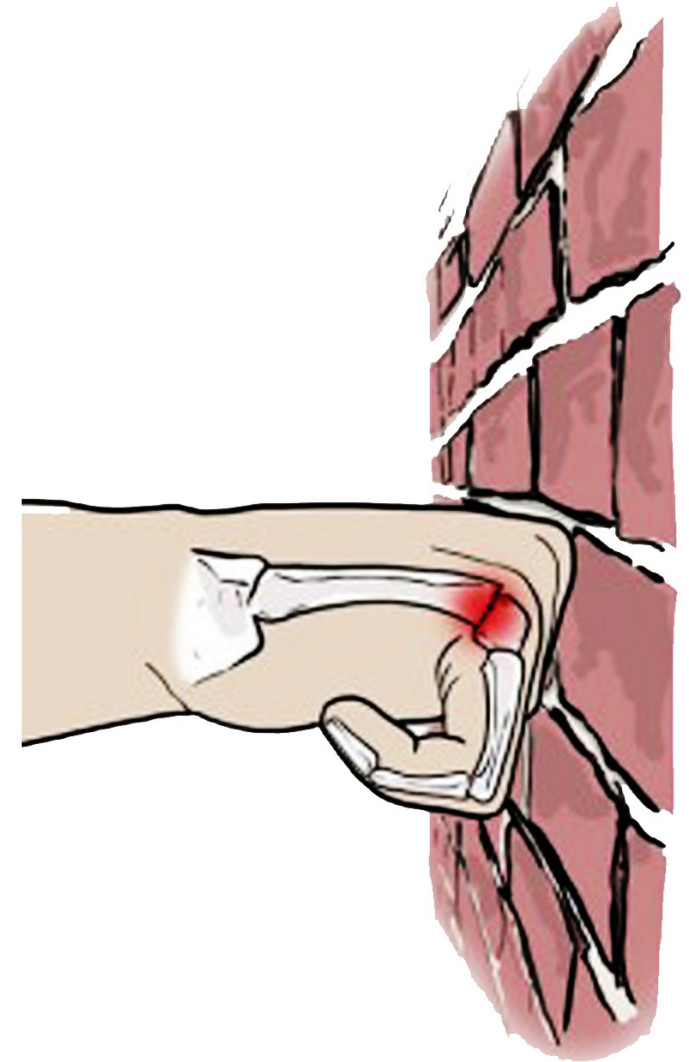
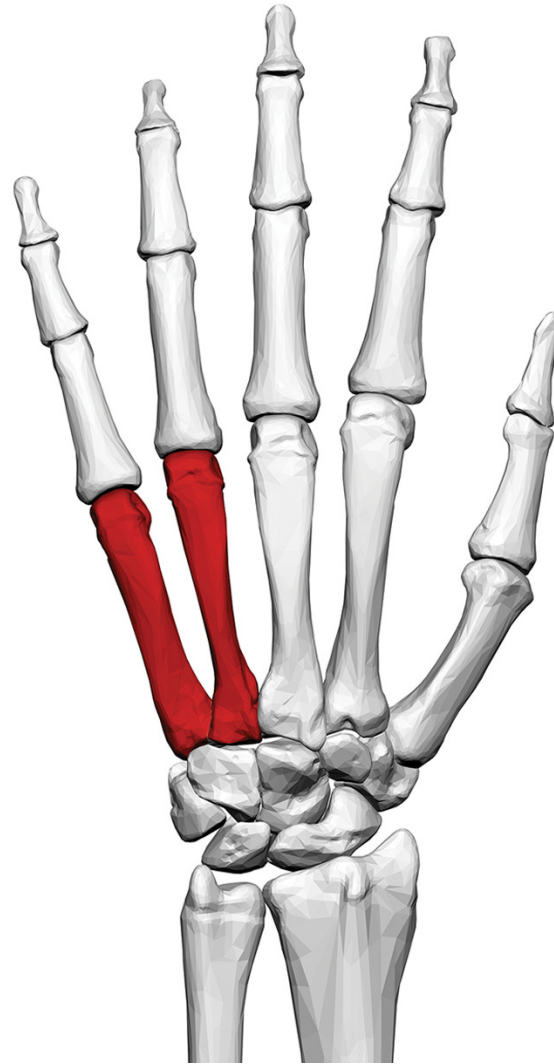


**„O ILE ROZWÓJ FIZYCZNY JEST POCZĄTKIEM KARATE,
O TYLE ROZWÓJ DUCHOWY
JEST CELEM OSTATECZNYM TEJ SZTUKI WALKI.”**

Sosai Masutatsu Oyama

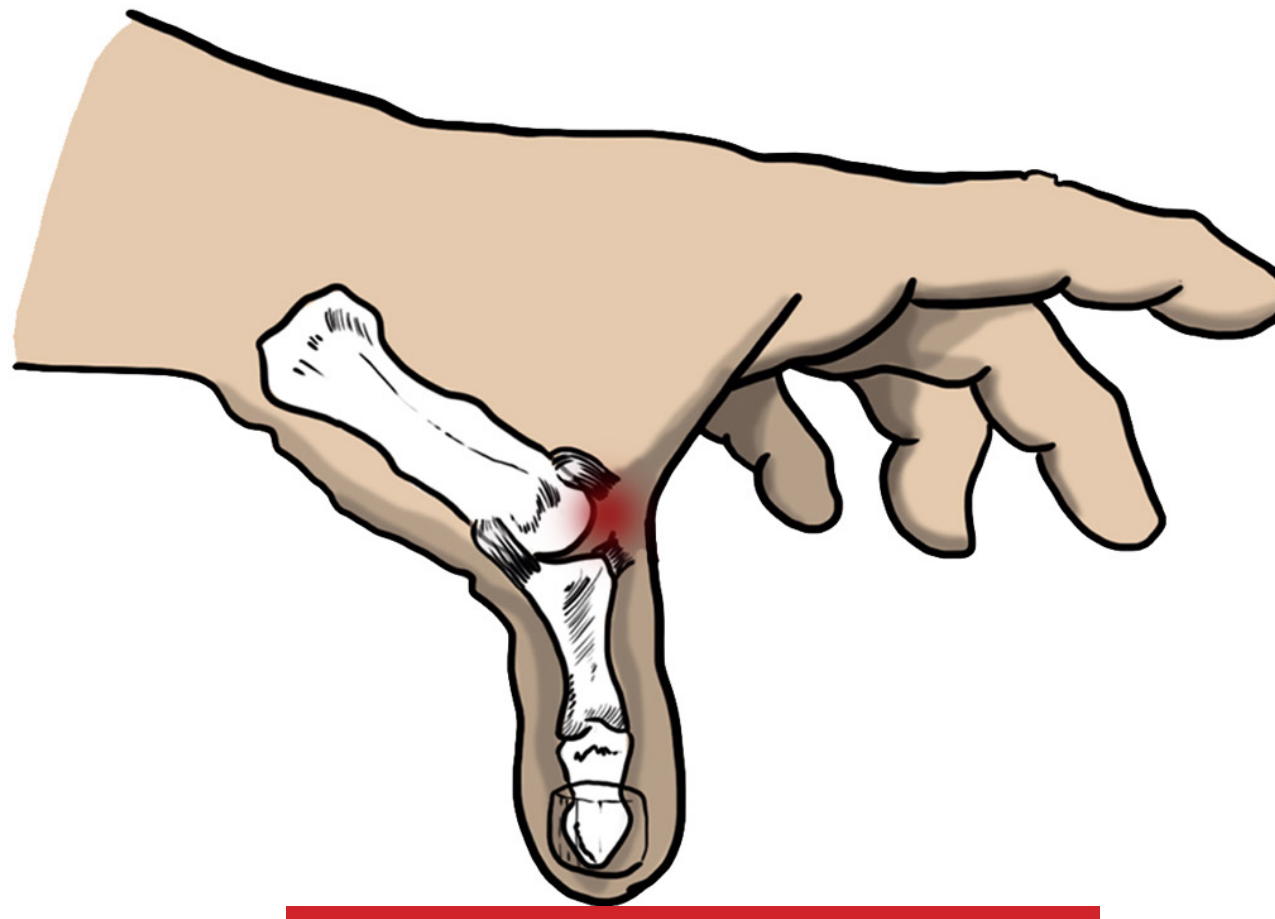
ZŁAMANIE BOKSERSKIE

Złamanie IV i V kości śródręcza paliczkowego



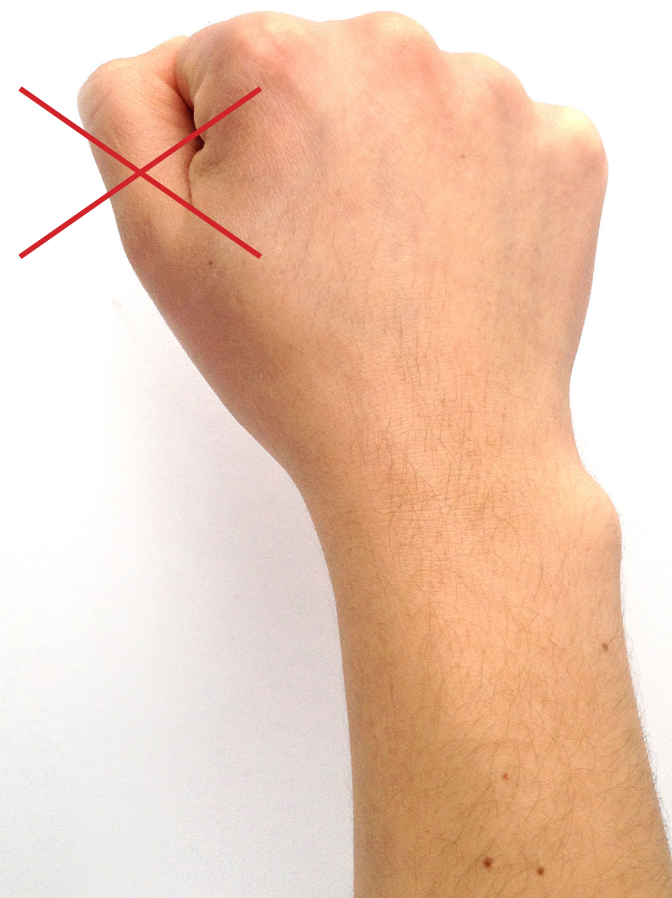
KCIUK NARCIARZA

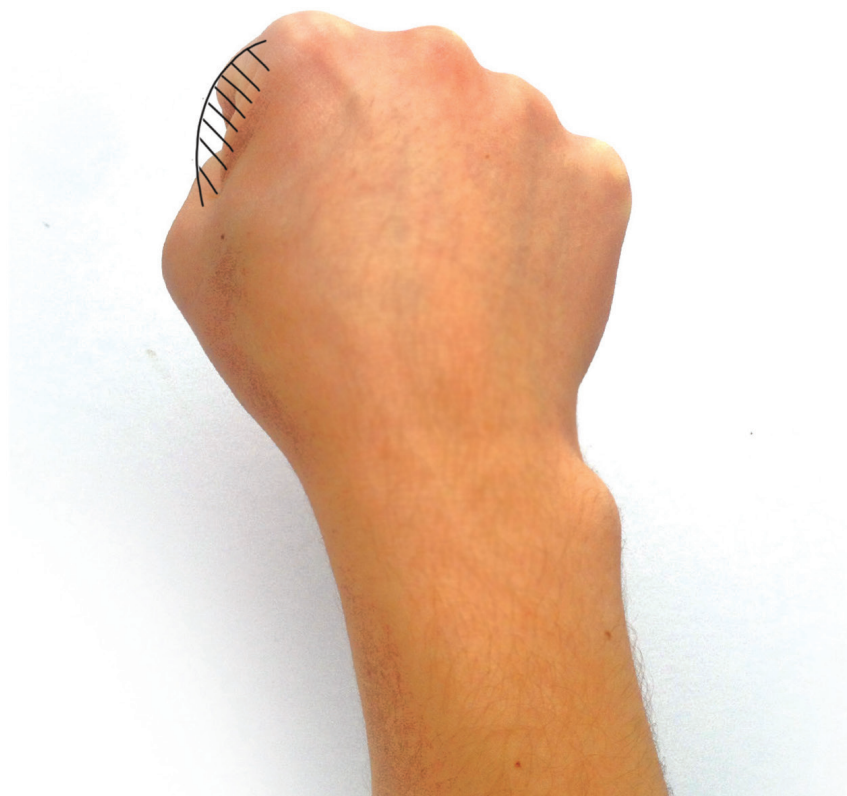
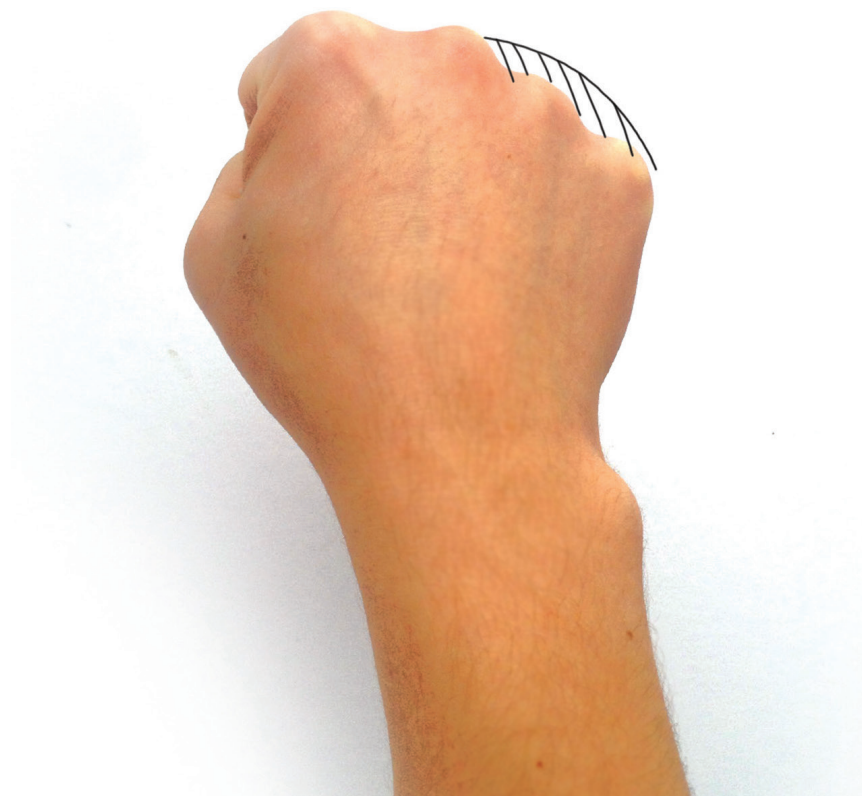
Zerwanie więzadła łokciowego bocznego



JAK TEMU ZAPOBIEC ?

PRAWIDŁOWA TECHNIKA





CO OFERUJE RYNEK ?

Rękawice osłaniające dłoń i usztywniające nadgarstek.



CO OFERUJE RYNEK ?

Ośłona od wewnętrznej strony dłoni.



TEST KONTAKTOWY

Test miał na celu wykazanie, jaki obszar dłoni najbardziej jest używany podczas treningu.

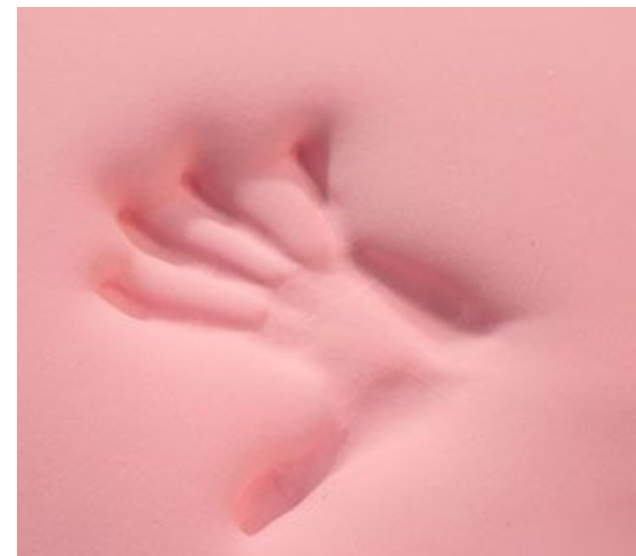
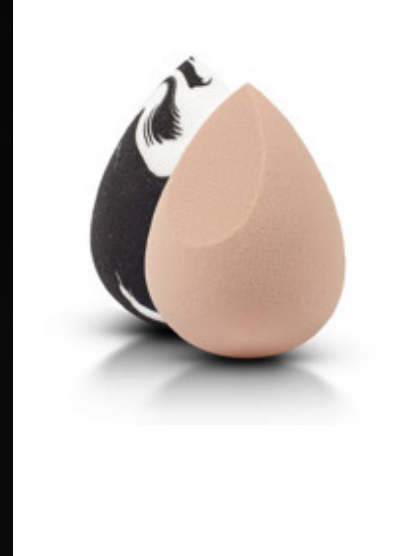


ZAŁOŻENIA PROJEKTOWE

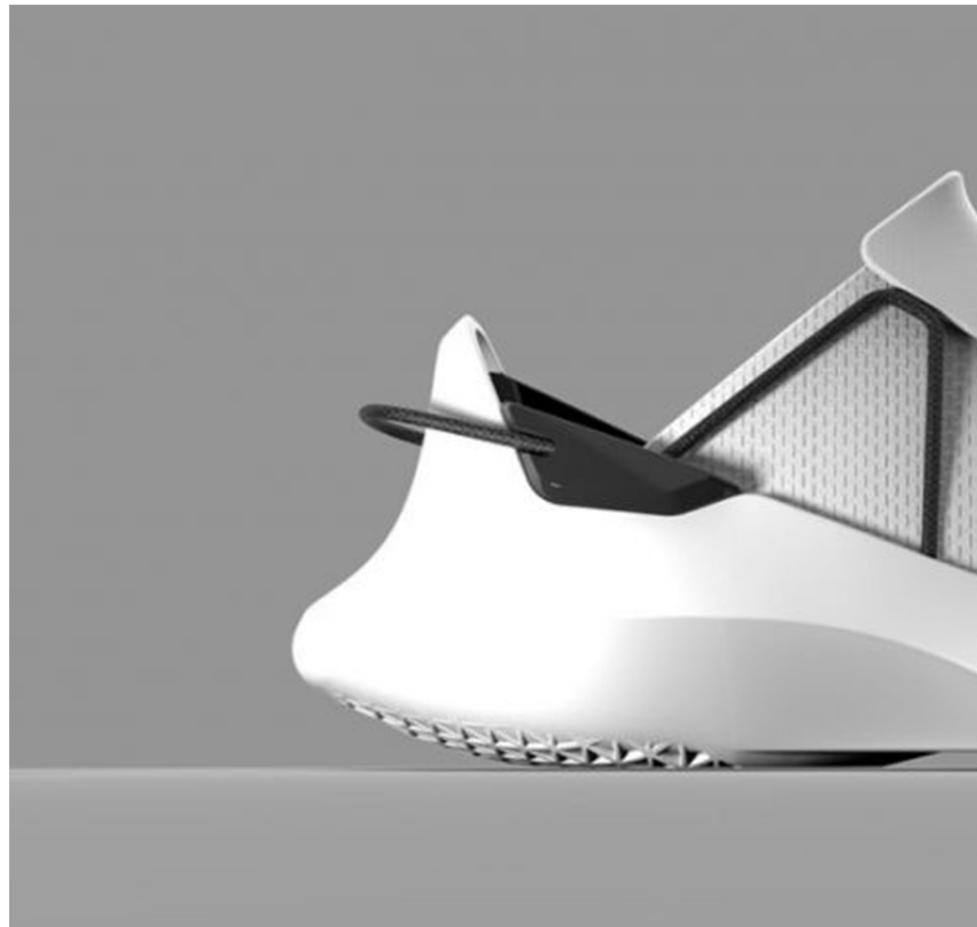
- / wspomagające wykonywanie prawidłowo techniki zaciśnięcia pięści
- / dopasowane, elastyczne
- / nie usztywniające nadgarstka
- / z zwiększoną amortyzacją w okolicy 4 i 5 kości śródręcza
- / wygodne do założenia
- / łatwe w utrzymaniu higieny



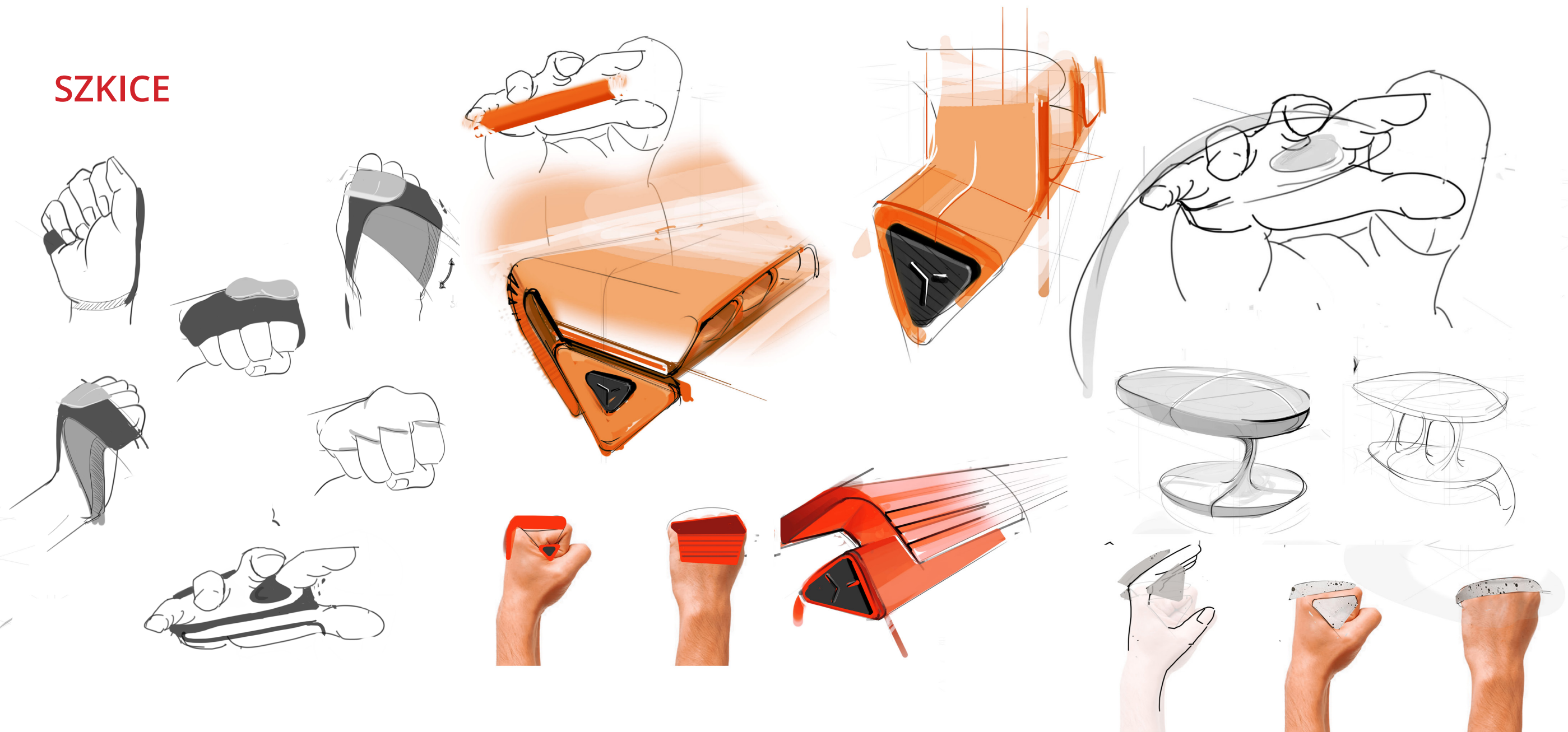
INSPIRACJE



MOODBOARD

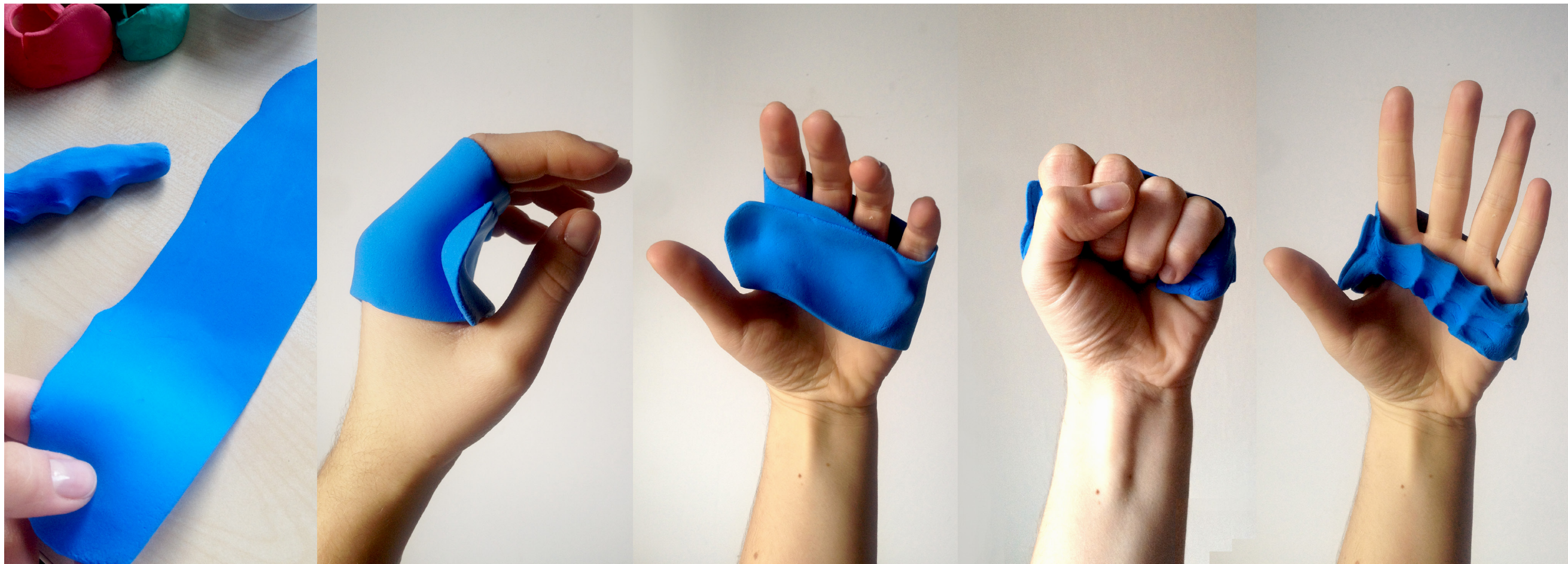


SZKICE

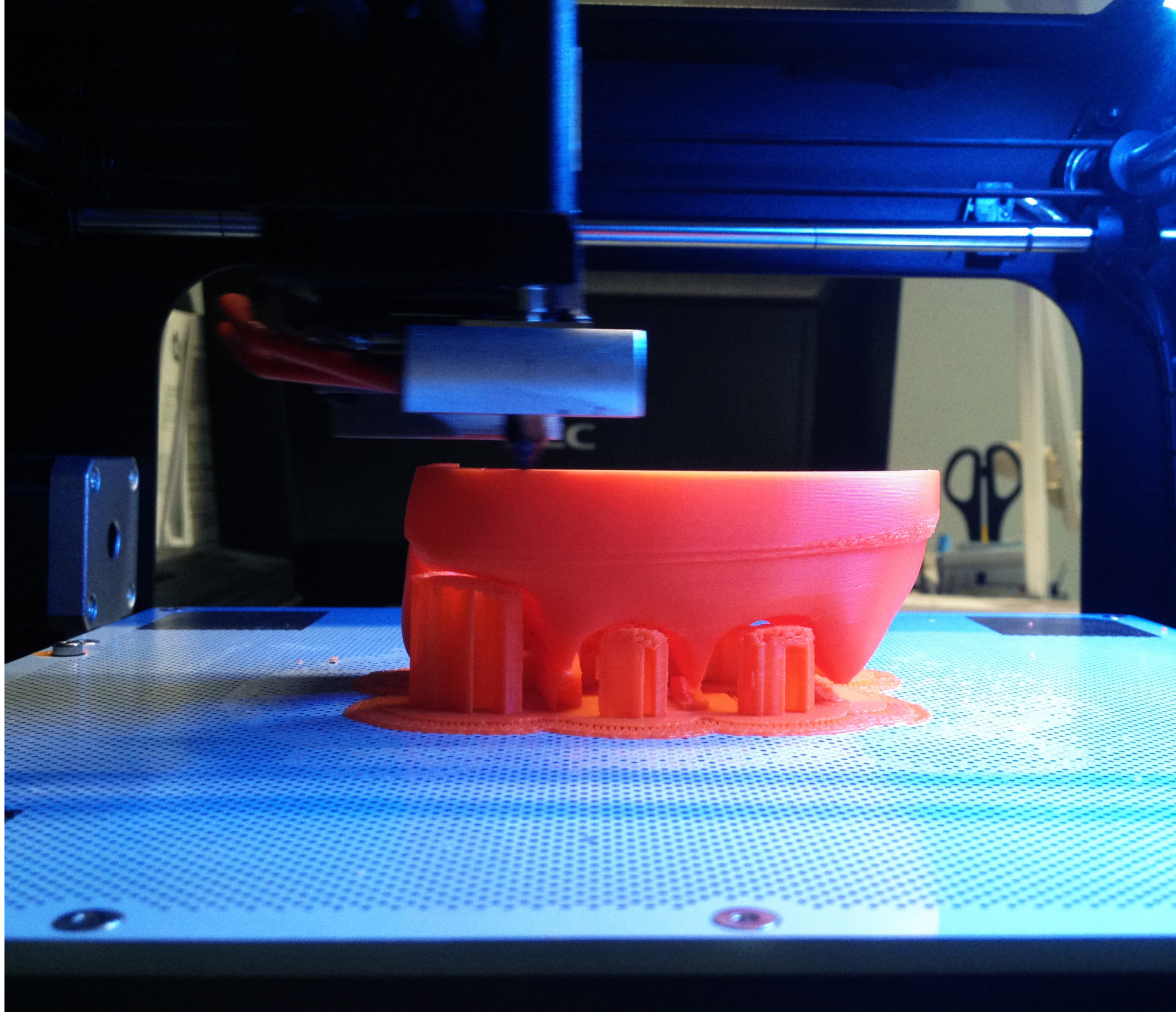


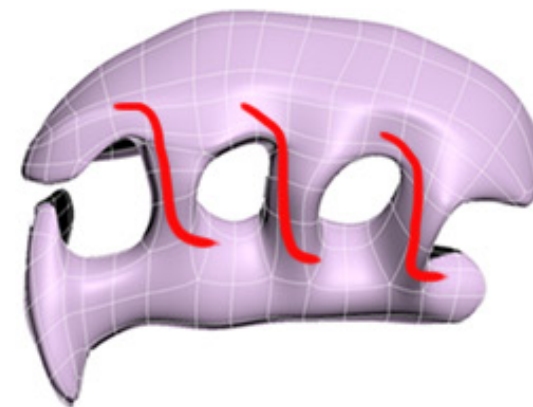
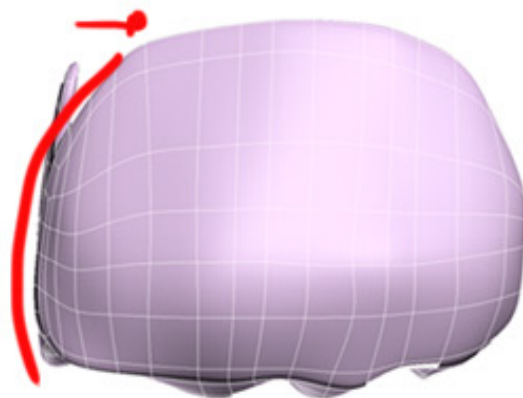
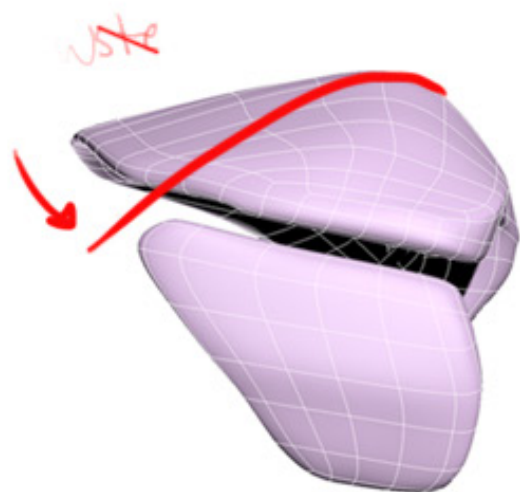
MODELOWANIE

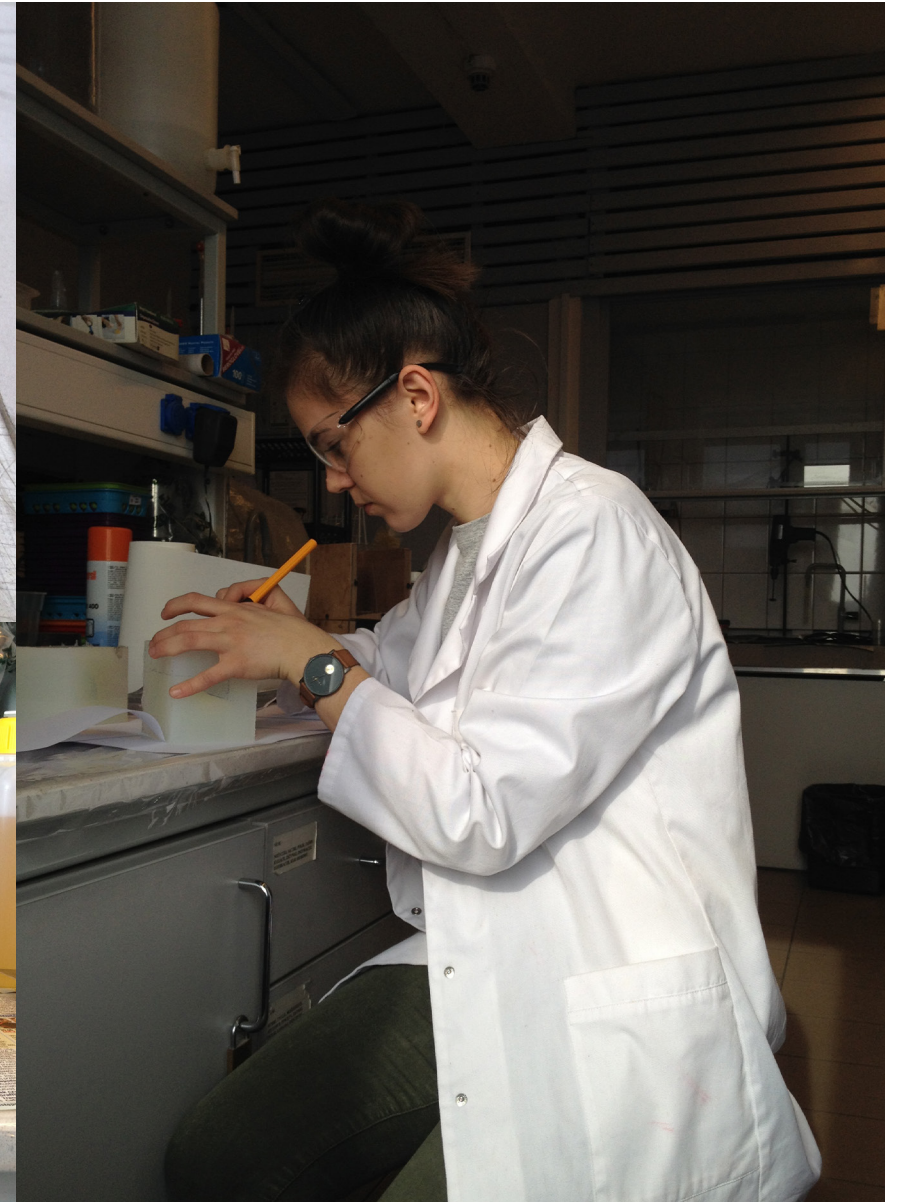




PROTOTYPOWANIE







DOBÓR MATERIAŁU

Mikroporowaty elastomer poliuretanowy otrzymywany z bio-polioli na bazie surowców odnawialnych.



ELASTOMER

Zawartość surowców ze źródeł odnawialnych
w wybranym elastomerze wynosi 74 % mas.







