

## УСТРОЙСТВО ДЛЯ ТРЕНИРОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТОВ

Магистрант Григорович Р.Э.,  
старший преподаватель Куклицкая А.Г.  
Белорусский национальный технический университет

В настоящее время существует достаточное количество тренажеров, развивающих силовые качества спортсменов, однако, имеется потребность в разработке устройств, предназначенных для одновременного совершенствования силовых качеств и техники движения в определенном виде спорта.

Разработанное устройство для тренировки легкоатлетов применяется в легкоатлетических манежах, спортивных и тренажерных залах, обеспечивает возможность тренировки под определенной нагрузкой различных групп мышц (см. рисунок).

Оно состоит из корпуса, основания и стойки, изготовленных из малоуглеродистой стали. По двум цилиндрическим направляющим осуществляется вертикальное движение грузов. Сборочная единица механизма привода состоит из нескольких деталей.

Перед началом работы на спортивном устройстве занимающийся должен выбрать в соответствии со своими антропометрическими данными высоту валика. Это можно сделать с помощью рамы, находящейся на корпусе тренажера. Для страховки внизу к раме крепится пневмоцилиндр, предотвращающий ее от падения и травмирования спортсмена.

Информационно–измерительная система устройства для тренировки легкоатлетов позволяет спортсмену определять скорость выноса бедра, что является очень важной характеристикой, необходимой для улучшения скоростно–силовых качеств спортсмена на различных этапах подготовки к соревнованиям.

