



POR MATS SVENSSON

SWE ITO WA

ON - EA

El experimentado Oficial Técnico Internacional (WA – III) sueco, desarrolló la siguiente nota analizando situaciones que se pueden dar en los lanzamientos largos desde jaula (disco y martillo) y lo inherente al deber primordial de seguridad, siguiendo una máxima que, desde JdA, apoyamos: “si me pasó a mí, te puede pasar a ti”.

A continuación, su transcripción desde “Official News” de “Europe Athletics”:

EU20CH – GROSSETO (ITA) – ITO EN LANZAMIENTO DE DISCO MUJERES (QUALY)

SITUACION:

Como se mencionó en posts anteriores, la red en la jaula estaba muy ajustada a los parantes. Y había problemas con las mujeres con su disco más liviano (1 kg).

Un par de discos rebotaron hacia atrás desde el parante número dos contrando desde el frente. Algunos rebotes fueron tan pesados que el disco aterrizó en el círculo de lanzamientos un par de veces y los atletas tuvieron que saltar para salir de allí y esquivarlo.

LECCION APRENDIDA:

La red debe estar alejada de los parantes. Uno de los propósitos de la red es la reducción de la energía cinética del implemento cuando la golpea. Si la red está montada muy cerca de los parantes, entonces no será capaz de reducir dicha energía (absorverla).