



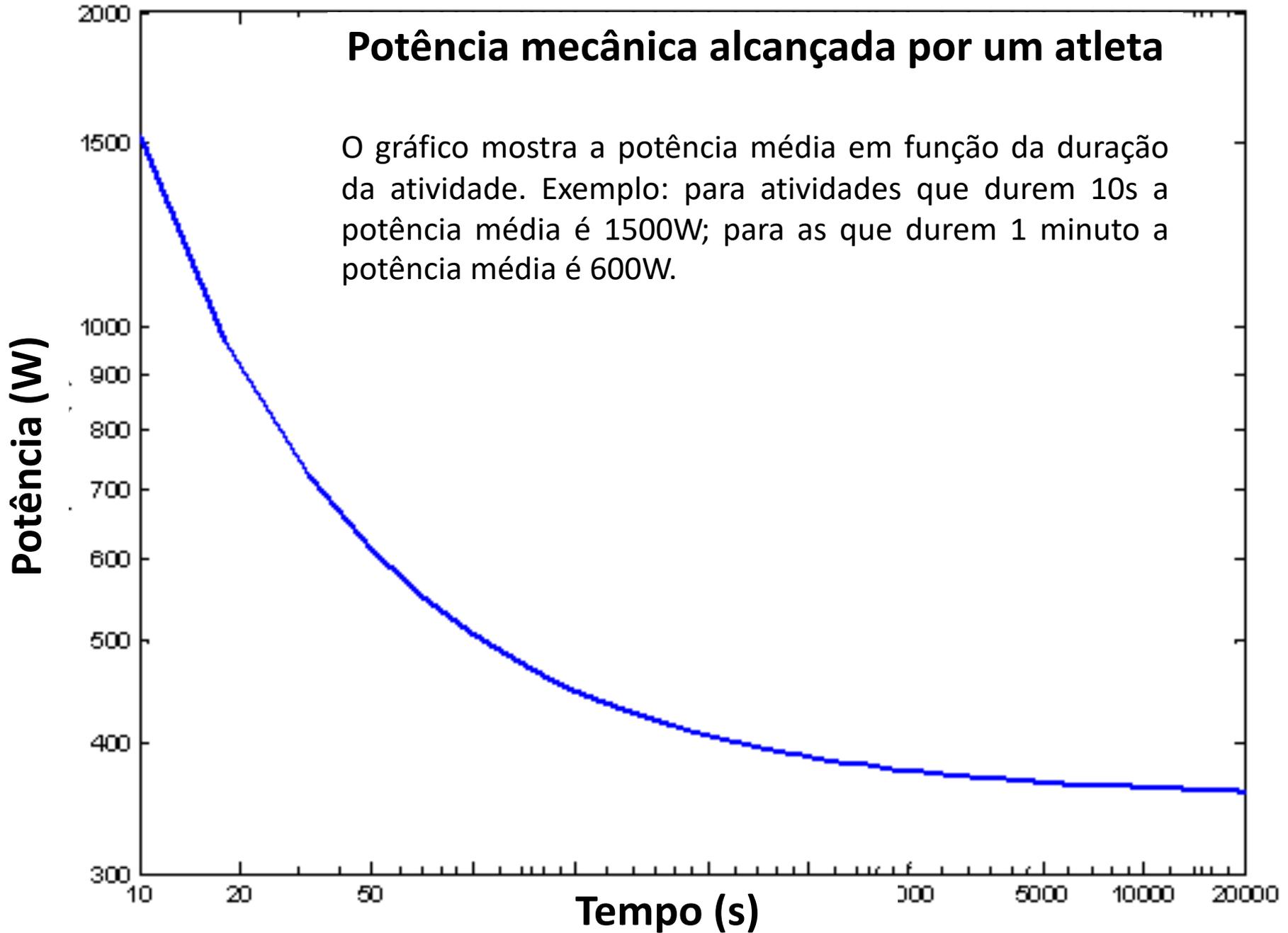
Potência ou força para um bom desempenho atlético

Para um atleta desempenhar uma boa corrida ele precisa se preocupar mais com a força que exerce ou com a potência que desempenha?



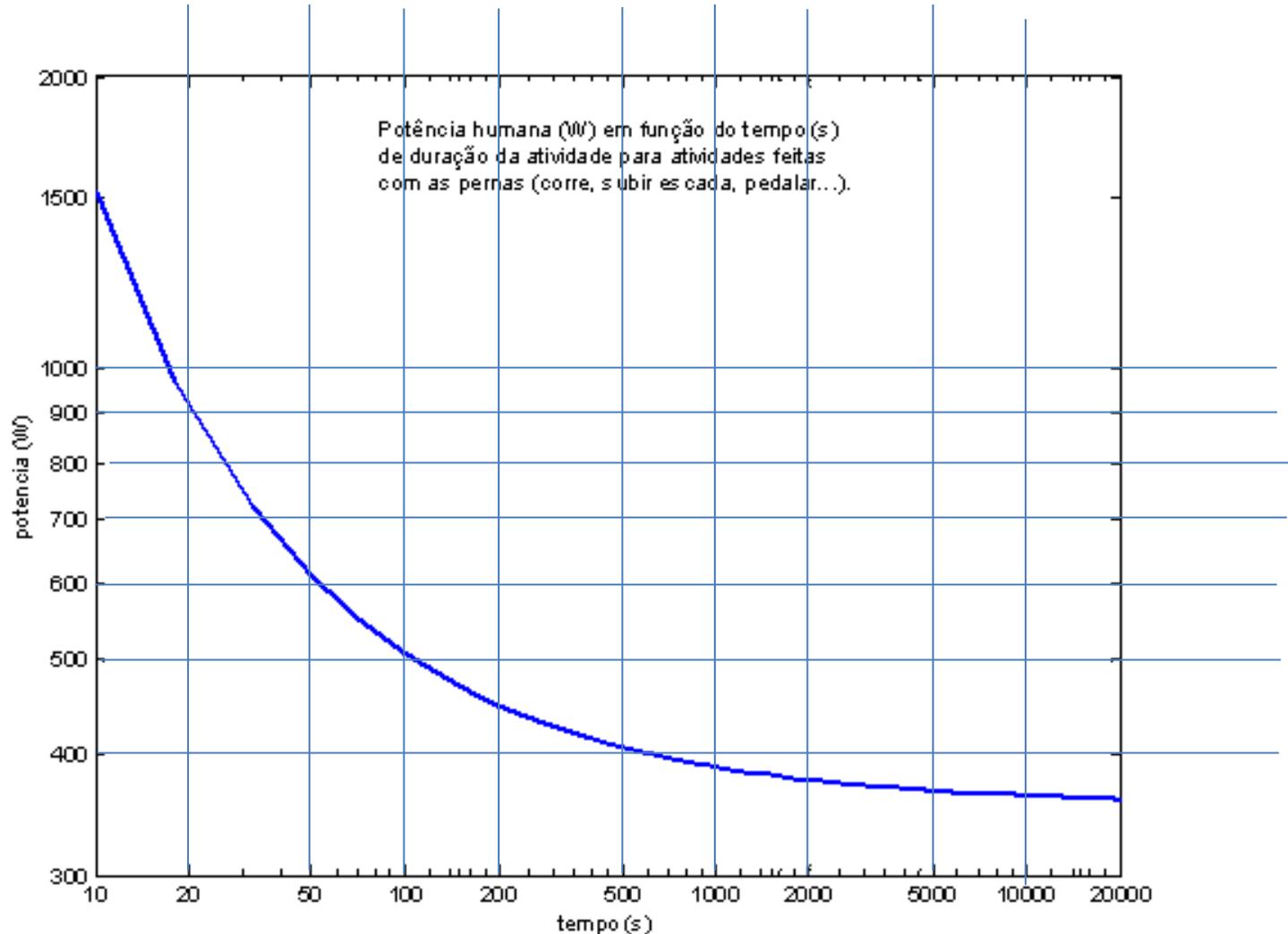
Potência mecânica alcançada por um atleta

O gráfico mostra a potência média em função da duração da atividade. Exemplo: para atividades que durem 10s a potência média é 1500W; para as que durem 1 minuto a potência média é 600W.



Potência mecânica conseguida por um atleta

O gráfico mostra a potência média em função da duração da atividade. Exemplo: para atividades que durem 10s a potência média é 1500W; para as que durem 1 minuto a potência média é 600W.



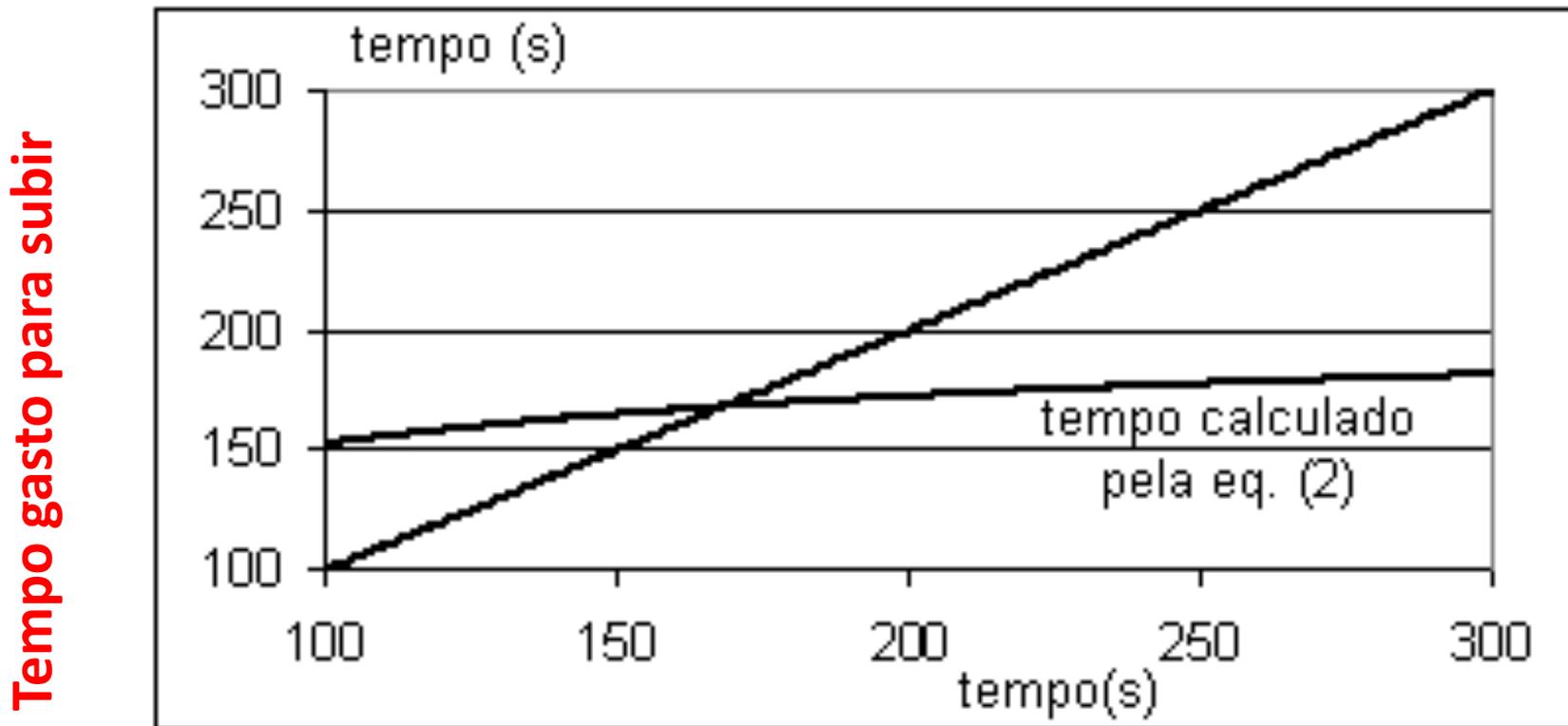
Outra maneira de subir escadas

Qual o menor tempo que um atleta de 80kg demora para subir uma escada que possui altura de 100m?

Outra maneira de subir escadas

Qual o menor tempo que um atleta de 80kg demora para subir uma escada que possui altura de 100m?

Resposta: Com base na curva de potência é possível determinar o tempo mínimo necessário para que o atleta alcance os 100m.



**Tempo máximo que posso imprimir
uma determinada potência**