考察

仲目とか。「			
*短距離走のタイムと歩数の測定から、タイムの伸びの内容(関与率)を調べよう。			
1. 速度は、歩数(ピッチ)と歩幅(ストラ	イド)の積で表されます。		
「	(SF)×歩幅(SL)		
l		į	(A)式
l [m/秒] [歩	/秒] [m/歩] 	<u>i</u>	
DE 544		速 度 D	(4)
距離=	m··· D	(V) = =	m/秒 … ①
		·	
		# *# S	
タイム =	秒 ··· T	グ	歩/秒…②
		(SF) T	
歩 数 =	歩 ··· S	歩 幅 _ D =	m/歩…③
少	少··· 3	(SL) S	m/
2. トレーニング後、速度が $lpha[m/ illeta]$ 、歩数が $eta[歩/ illeta]$ 、歩幅が $\gamma[m/ illeta]$ 変化したとすると、			
$(V + \alpha) =$	$= (SF + \beta) \times (SL - \beta)$	+γ)	
V + α =	$= (SF \times SL) + (SF \times \gamma)$	$(r) + (SL \times \beta) + (\beta \times \gamma)$	
· α	$= (SF \times \gamma) + (SL \times \beta)$	$) + (\boldsymbol{\beta} \times \boldsymbol{\gamma})$	(B)式
ツ (CC ソ・・) / ャン100 け上に (フトニノじ) の思たをセニナ			
$pprox$ (SF $ imes$ γ) \diagup $lpha$ $ imes$ 100 は歩幅(ストライド)の関与率を示す。 (SL $ imes$ eta eta $lpha$ $ imes$ $lpha$ $ imes$ 100 は歩数(ピッチ)の関与率を示す。			
	$(3L \wedge p) / \alpha \wedge 100$	は少数(こう))の関子率を示す。	
		D	
距離=	m··· D	速 度 = = = = = = = = = = = = = = = = = =	m/秒…④
		T'	
タイム =	秒 ··· T'	速 度 = = S' =	歩/秒…⑤
×1 Z =	19 1	述	\$/ \$\frac{1}{2} \cdots
		D	
歩 数 =	歩 ··· S'	速 度 = = = =	m/歩…⑥
		S'	
			(14 6
	$\alpha = 0$	4	m/秒…⑦
	0 – 0	5 - 2 =	歩/秒…⑧
	$\beta = 0$	5 =	<u></u>
	γ = (6 - 3 =	m/歩… ⑨
	γ – (· = _ = = _	
3. 以上を (B)式に代入すると			
	× 9 + (3 × 8 +	8 × 9
		+	(2)
= (10)	T (+	ш.
タイムの伸びの内容(関与率)を確認してみよう。			
60	7.0	歩数の ^⑪	
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	× 100	: ×	100
関与率 ⑦	%	関与率 ⑦	%