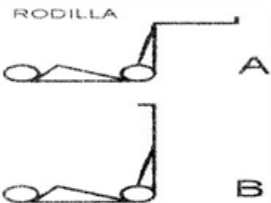
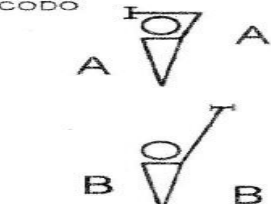
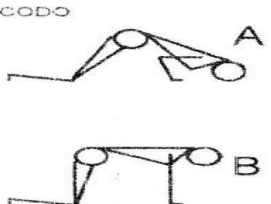
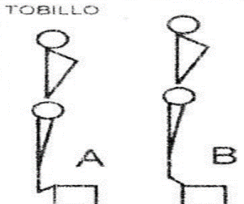


**PC1 Primeros Contenidos "ESTADIO 1" (primer ciclo)**

**CÓDIGO: 01 PC1 EST1 TP5 BM1 GRAVEDAD.** (Utiliza este código para presentar tu mapa radial en Classroom).

**PRIMER NIVEL DE ANÁLISIS BIOMECÁNICO (BM1):** La gravedad como productora o frenadora del movimiento del cuerpo humano. Escribe únicamente **P cuando produce** y **F cuando frena** en las columnas con título GRAVEDAD y GRUPO MUSCULAR ten a la vista el cuadro de análisis biomecánico de IPEF. **Recuerda mirar la dirección del movimiento.**

IPEF	PRIMER GRUPO DE EJERCICIOS	GRAVEDAD	GRUPO MUSCULAR
		RODILLA	B-A
		CODO	A-B
		CODO	B-A
		TOBILLO	A-B