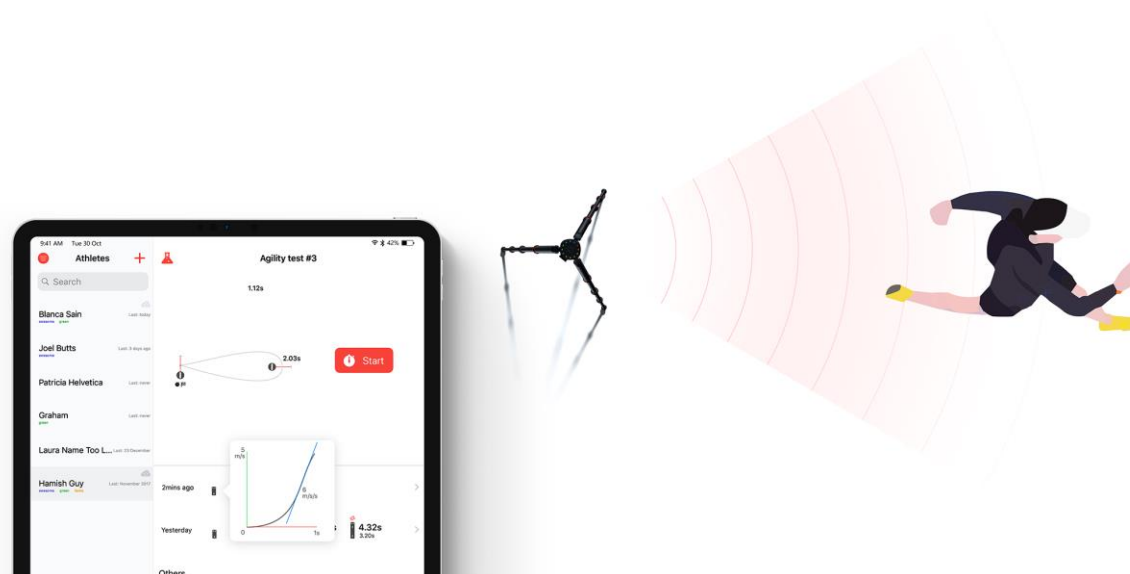


SWIFT / ***PERFORMANCE***



Εταιρεία από την Αυστραλία, είχε αναπτυχθεί ενόψει Ολυμπιακών Αγώνων Sydney 2000 με σύστημα καταγραφής χρονομέτρησης κι αξιολόγησης παραμέτρων ταχυδύναμης

- Φωτοκύτταρα για μετρήσεις ταχύτητας με δυνατότητες reaction time, interval, agility και με τυχαία επιλογή φωτοκυττάρου, εύρος ή χρόνο αναστροφής κ.α.
- Τάπητας αλμάτων για χρόνους και συχνότητα επαφών και ανά πόδι
- Εφαρμογές (apps) σε κάθε περίπτωση και ενιαία κεντρική web πλατφόρμα



Φωτοκύτταρα

Ασύρματα φωτοκύτταρα (και ανακλαστήρες)
ανεξάρτητη λειτουργία 8 ώρες, πλήρης φόρτιση 12-16 ώρες

- UNO – μονή δέσμη (single beam)
/ ως “ground” χρήση στο έδαφος για εκκινήσεις
- DUO – διπλή δέσμη (για καλύτερο προσδιορισμό κορμού)
- NEO – διπλή δέσμη
& δυνατότητα depth/time turn μέσω ultrasonics
- MOVE – μονή δέσμη
& ultrasonics για έναρξη κι επιτάχυνση

Μετρήσεις

- Καταγραφή χρόνων σε προκαθορισμένη ή τυχαία διαδρομή
- Δυνατότητες παραμετροποίησης σε έναρξη χρόνου /interval



Draw Path – χάραξη διαδρομής

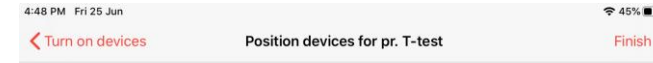
- Σχεδιασμός – αναπαράσταση με αποστάσεις φωτοκυττάρων & κώνων και περάσματα
- Ορισμός διαδρομής με δυνατότητα για επιμέρους διαφορετικές διαδρομές που θα γίνεται τυχαία η επιλογή στο τεστ

Start options

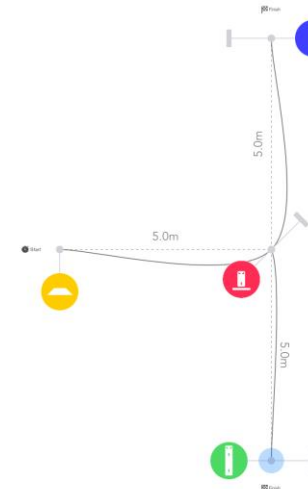
- Normal: το start γίνεται από τον χρήστη
- Steady: τοποθέτηση εντός δέσμης. Μόλις σταθεροποιηθεί 2-3" ξεκινάει αυτόματα κάνοντας ηχητικό και νέο οπτικό σήμα.
- 2 stage: αρχικά τοποθέτηση-σταθεροποίηση και μετά το start γίνεται από τον χρήστη
- Move

Run options

- Normal
- Agility: τυχαία ανάβουν τα φωτοκύτταρα (ορίζουμε αριθμό splits)
- Repeat sprint: interval με 2 φωτοκύτταρα (ορίζουμε αριθμό σπριντ, χρόνο interval από αρχή ή τέλος σπριντ, start gate one/both δηλαδή κι από τις δύο άκρες)
- Speed sprint: προενεργοποιημένα όλα τα φωτοκύτταρα, για έντονα σπριντ με μικρές αποστάσεις φωτοκυττάρων.



Place and Align gates with corresponding colours as indicated.



Δυνατότητα επιλογής αυτόματης διαδοχής δοκιμαζομένων.
(ιδιαίτερα λειτουργικό με steady start)



Πλατφόρμα αλμάτων / επαφών

Ασύρματη ανοξείδωτη τετράγωνη πλατφόρμα 76 cm
Με προσαρμοσμένο μηχανισμό μεταγωγής
για αντιστάθμιση μάζας, που προσφέρει εξαιρετική
ευαισθησία και γρηγορότερους χρόνους απενεργοποίησης
25 ώρες λειτουργίας, πλήρης φόρτιση 4 ώρες

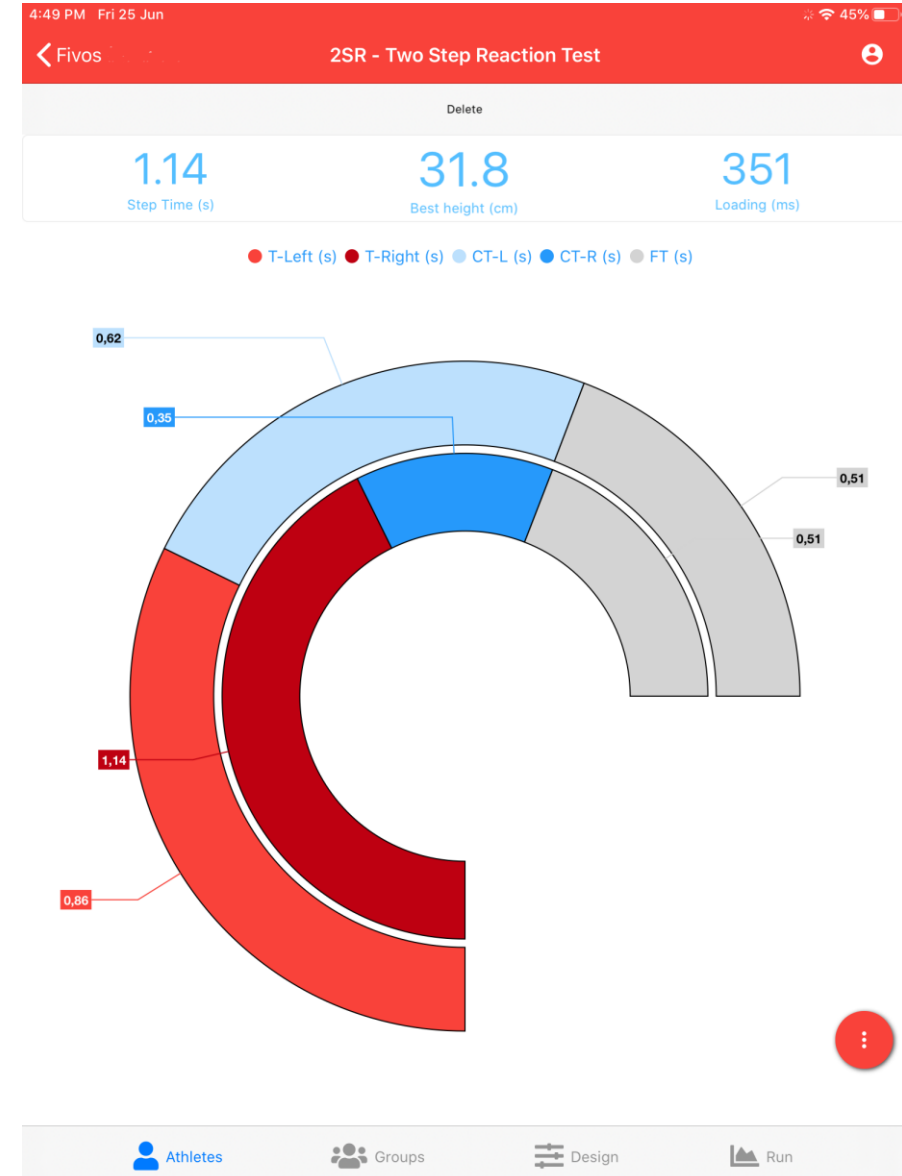
Μετρήσεις

- Χρόνος επαφής και πτήσης
 - Και για κάθε πόδι ξεχωριστά
- Συχνότητα – διάρκεια επαφών
- Ισχύς (με δεδομένα βάρους κι επιπλέον βάρους)
- Δείκτες πχ Reactive Strength Index - χρόνος πτήσης/επαφής
- Ελάχιστες, μέσες και μέγιστες τιμές



Επιλογή τετ ή παραμετροποίηση
σε χρόνο ή/και αριθμό αλμάτων,
επιπλέον βάρος, ανάλογα με τεστ

- **Vertical jump tests**
Squat
CounterMovement
Abalakov
Drop
- **Cadence test**
- **Contact only test**
- **Reactive Strength Test**
10/5
- **Two-step reaction time**
- **Bosco stiffness tests**
fast twitch SJs 15"
elasticity SJ->CMJ:
upper limb CMJ->AB



Ενδεικτικά τεστ

SYNCRO

- **Sprint 40m.**
Εκκίνηση MOVE με reaction time και φωτοκύτταρα στα 10-20-30-40m.
- **T-test**
5m ευθεία, πάτημα ground ή κόψιμο φωτοκυττάρου και 5m τυχαία δεξιά/αριστερά
- **Interval 10 x 30m / 30"** μεικτό χρόνο από 2 άκρες των 30μ.
(πρωτόκολλο "Sprint Fatigue Test")

EZEJUMP

- **Reactive Strength Test 10/5**
αρχή από box 15cm, 10 συνεχόμενα άλματα, επιλέγονται τα 5 καλύτερα
Reactive Strength Index (RSI = fly/contact time), Χρόνοι, Ισχύς
- **Bosco elasticity**
Squat jump ακολουθούμενο από ένα Counter Movement jump
- **Cadence**
Συχνότητα
- **Two-step reaction time**
αντίδραση, είσοδος στην πλατφόρμα, άλμα. Χρόνοι ανά πόδι loading 2^ο πόδι, ύψος

SWIFT LABS

Κεντρική web πλατφόρμα που συνδέεται με τα apps

Εκδόσεις basic, expert & pro

Διαχείριση γκρουπ και αθλητών

Επιλογή αθλητή για προβολή μετρήσεων

Export Data (αρχείο .csv)

Επιλογή ημερομηνιών και τεστ/παραμέτρων:

- Syncro διαδοχικοί χρόνοι, ή
- Ezejump επιλογή παραμέτρου

Create report

Αναφορές σε επιλεγμένες ημερομηνίες

- Group (οι αθλητές του group)
- Individual (ατομικά για ένα τεστ στην πορεία χρόνου)
- Performance (επιλογές συγκρίσεων τεστ και παραμέτρων)

