

Gimnasia

movimientos segmentarios:

Flexion: cuando dos segmentos con articulacion comun se aproximan.

Extension: cuando dos segmentos con articulacion comun se alejan.

separacion: cuando un segmento corporal se separa lateralmente del eje vertical del tronco.

Aproximacion: cuando un segmento corporal se acerca al eje vertical del tronco.

Rotacion: movimientos en el k un segmento gira sobre su eje.

circunduccion: cuando un segmento describe una circunferencia tomando como punto de apoyo el otro segmento.