

# Ef

**Velocidad de reacción:** capacidad de reaccionar en el menor tiempo posible ante un estímulo - salida atletismo

**Velocidad cíclica:** capacidad de recorrer una distancia en el menor tiempo posible - nadar

**Velocidad acíclica:** capacidad de ejecutar un gesto o movimiento en el menor tiempo posible - tirar a canasta.

**Agonista:** musculatura que se contrae para realizar el movimiento

**Antagonista:** musculatura que se estira para facilitar el movimiento