

# FORMULA SINCLAIR 2013 - 2016

## MASCHILE 2013-2016

$$10^{(0,794358141 \times \text{Log}(x/174,393)^2)} \times \text{TOTALE SOLLEVATO} = \text{PUNTI}$$

## FEMMINILE 2013-2016

$$10^{(0,8897260740 \times \text{Log}(x/148,026)^2)} \times \text{TOTALE SOLLEVATO} = \text{PUNTI}$$

**x = Peso corporeo dell'Atleta (kg)**

# CALCOLO DEL COEFFICIENTE SINCLAIR 2013 - 2016

**MASCHILE**  $10^{(A * \text{Log}(x/b)^2)} * \text{TOTALE SOLLEVATO} = \text{Punti}$

**FEMMINILE**  $10^{(A * \text{Log}(x/b)^2)} * \text{TOTALE SOLLEVATO} = \text{Punti}$

**x = Peso corporeo dell'Atleta (kg)**

**UOMO**

**A = 0.794358141**

**b = 174.393 kg**

**DONNA**

**A = 0.897260740**

**b = 148.026 kg**

**Coefficiente Sinclair =  $10^{AX^2}$  se (  $x \leq b$  )**

**Coefficiente Sinclair = 1 se (  $x > b$  )**

$$X = \log_{10}(x/b)$$

**ESEMPIO:**

**Un Atleta (Uomo) che pesi 61.90 kg e sollevi un Totale di 320 kg, per lui:**

**A = 0.794358141 (Uomo)**

**X =  $\log_{10}(61.90/174.393) = -0.449838400$**

**AX<sup>2</sup> = 0.160742013**

**Coefficiente Sinclair =  $10^{AX^2} = 10^{0.160742013} = 1.447911485$**

**Sinclair = [Totale \* C.S.] 320 kg \* 1.447911485 = 463.332 Punti**