

المحور التاسع: اختبارات السرعة والقدرة العضلية.

يتضمن موضوع البحث النقاط التالية:

✓ مقدمة.

✓ تعريف السرعة والقدرة العضلية.

✓ أنواع السرعة والقدرة العضلية.

✓ الاختبارات المقترنة للسرعة والقدرة العضلية.

✓ مشكلات وصعوبات السرعة والقدرة العضلية.

✓ خلاصة.