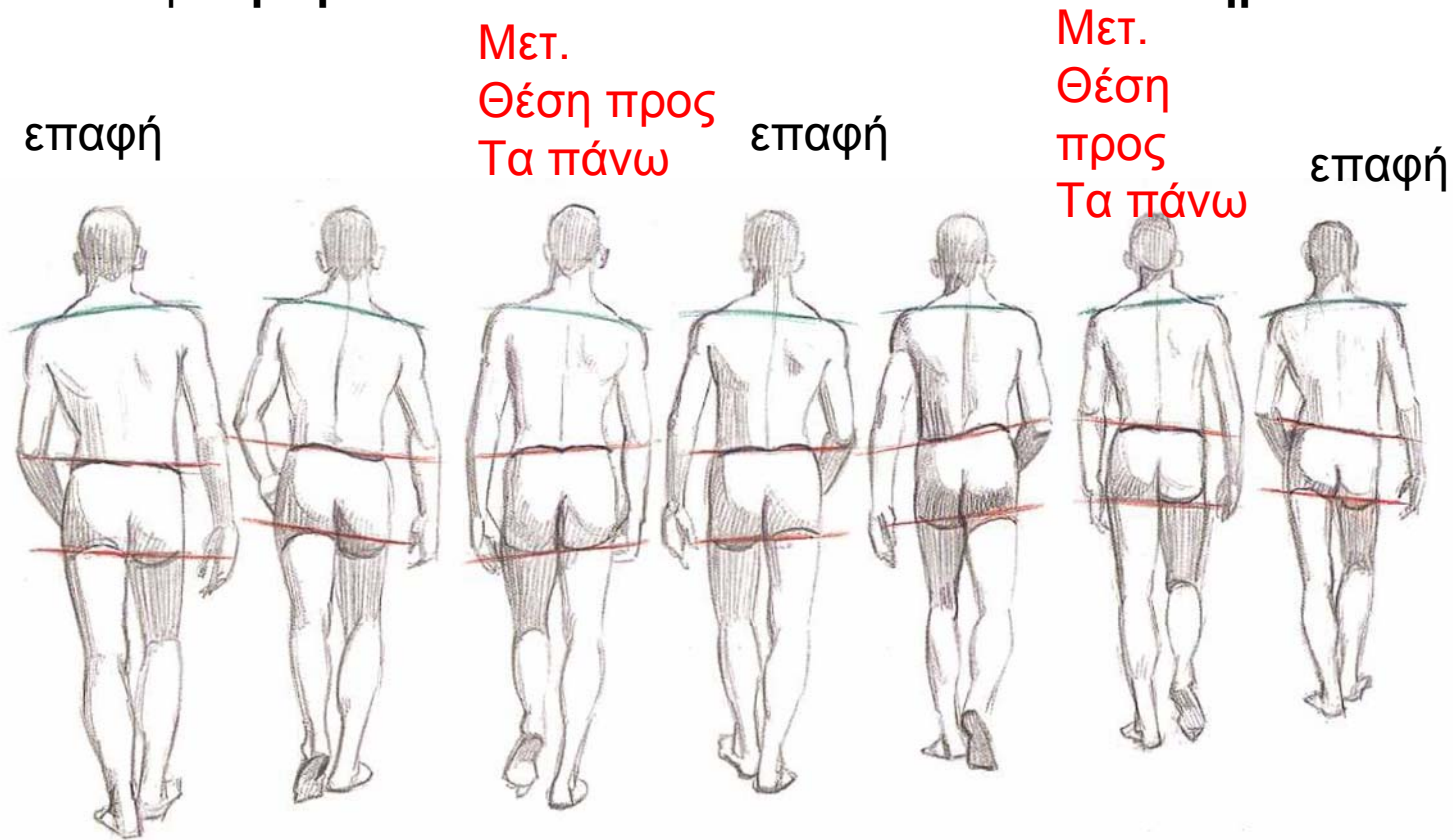
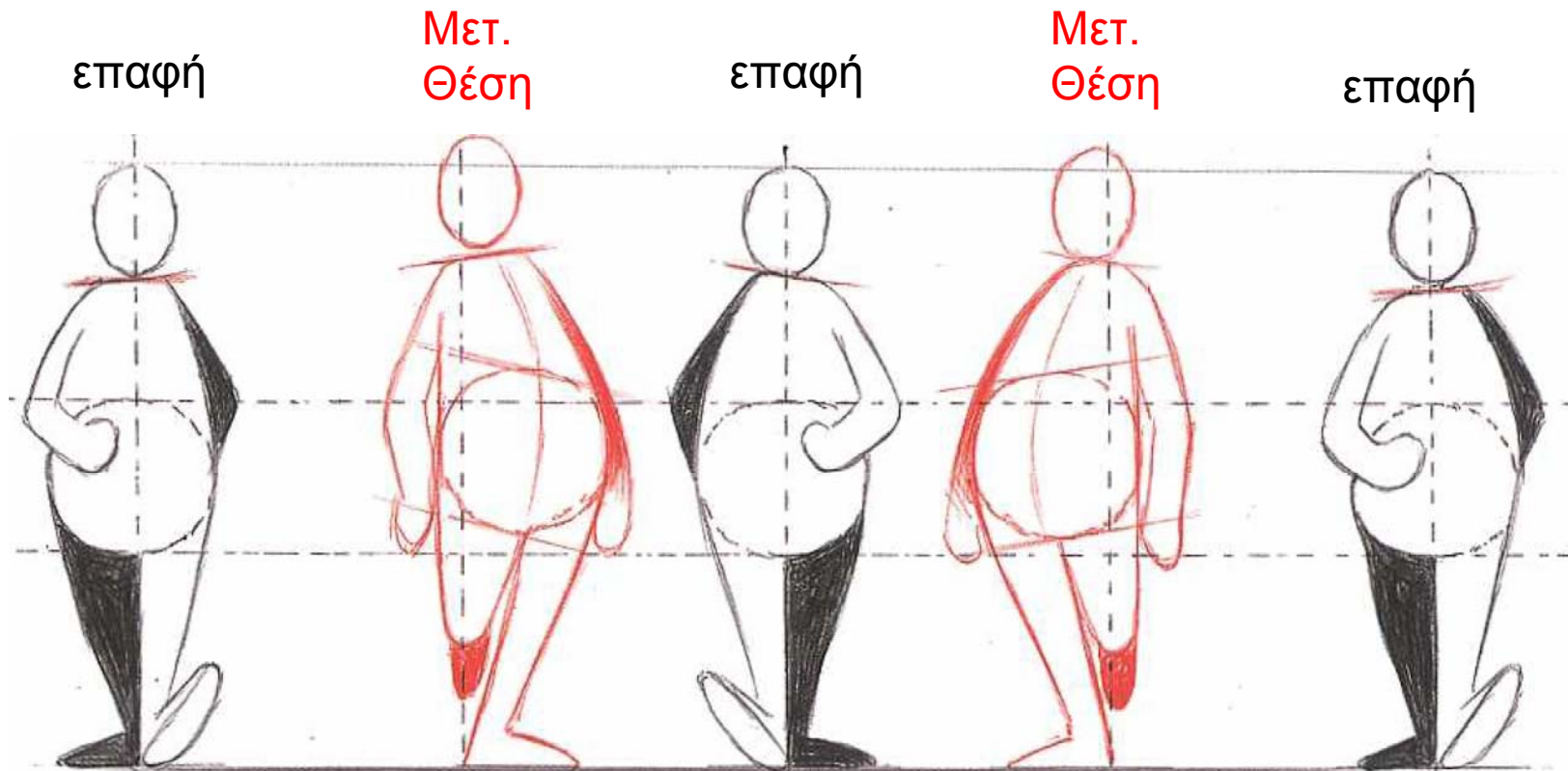


Περπάτημα 2

Σε ένα φυσιολογικό περπάτημα το βάρος μεταφέρεται από το ένα πόδι στο άλλο. Κάθε φορά που σηκώνουμε το πόδι αναγκάζουμε το βάρος του σώματος να πέφτει **μπροστά** και πάνω στο **πόδι που είναι πατημένο**.



Παχουλός χαρακτήρας

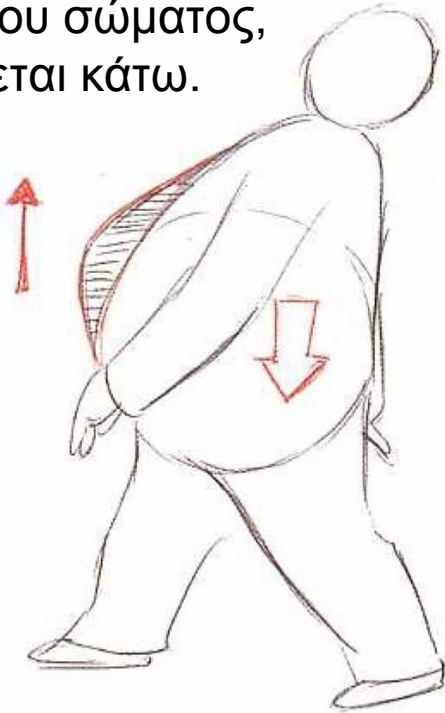


Το βάρος πάνω
στο δεξί πόδι

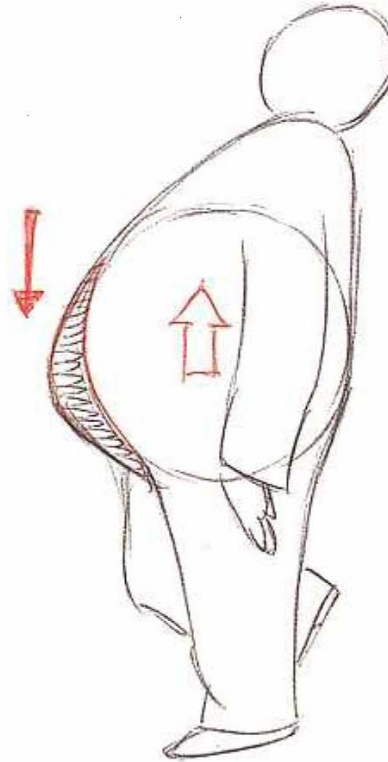
Το βάρος πάνω
στο αριστερό πόδι

αντίδραση

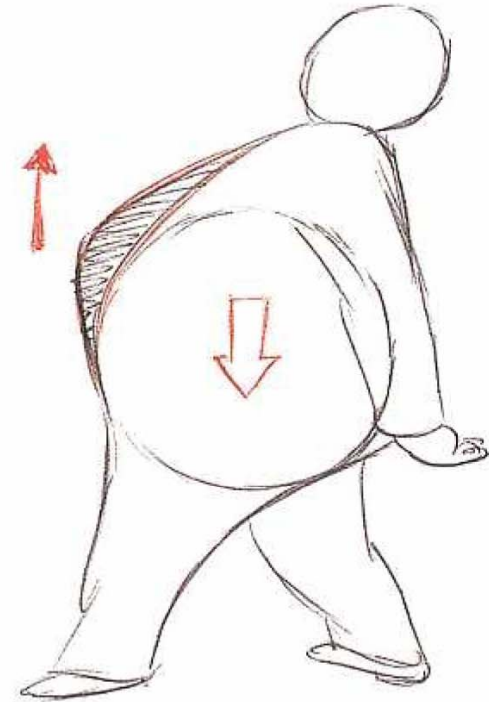
Όταν η μάζα του στομαχιού μεταφέρεται επάνω, Η μάζα του σώματος, μεταφέρεται κάτω.



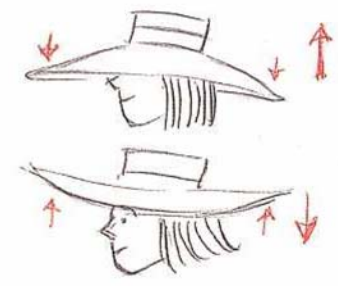
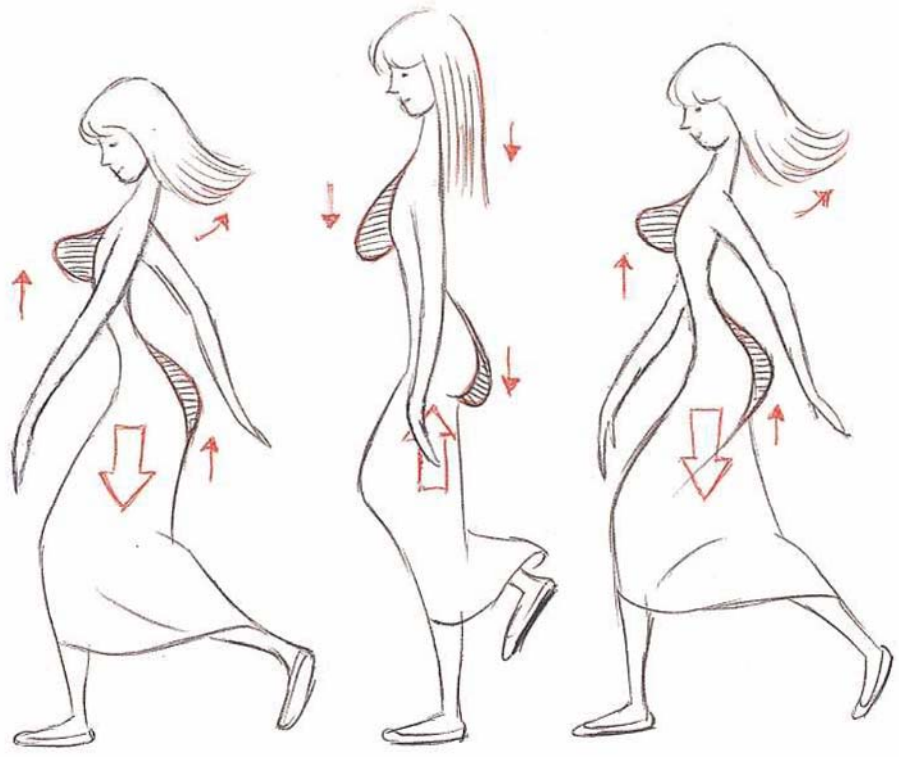
Όταν η μάζα του στομαχιού μεταφέρεται κάτω, Η μάζα του σώματος, μεταφέρεται επάνω.



Όταν η μάζα του στομαχιού μεταφέρεται επάνω, Η μάζα του σώματος, μεταφέρεται κάτω.



Κανόνας όταν ο χαρακτήρας πηγαίνει **επάνω** τα μαλλιά ή τα ρούχα πηγαίνουν κάτω



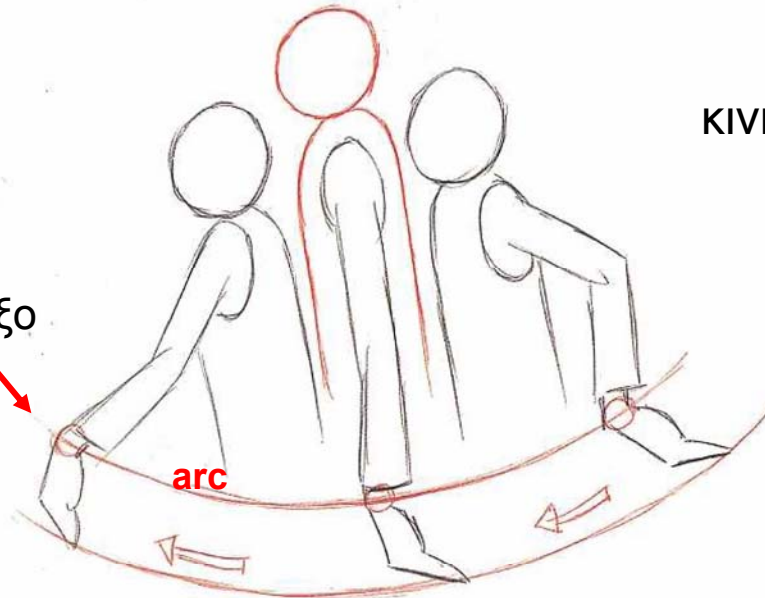
πάνω

κάτω

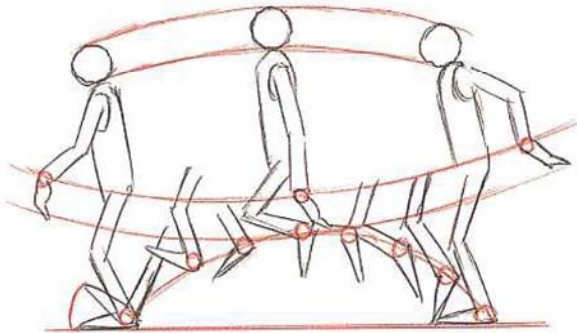
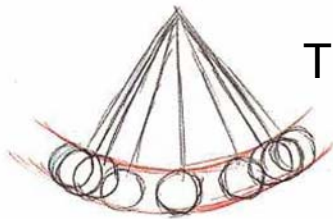
Μετ.
Θέση

Οι περισσότερες
κινήσεις διατηρούνται
πάνω σε τόξα

Ο καρπός διατηρεί το τόξο



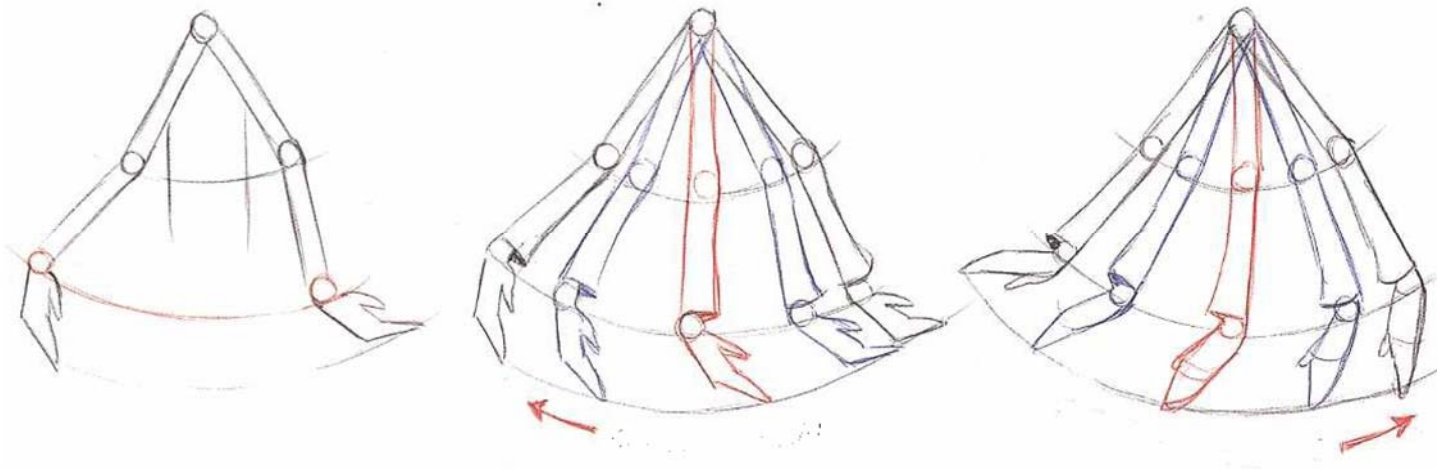
Τα χέρια βρίσκονται σε μια αιώρηση



Τα διαγράμματα κινήσεων
συνήθως είναι τόξα
ή οστάρια



Κατευθύνσεις χεριών



Τύπος ξωτικού



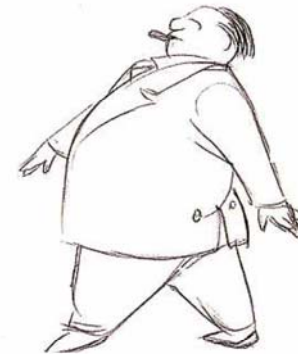
ηλικιωμένη



Έγκυος



Χοντρός, κινείται
αργά,
Ομαλά, γέρνει
πίσω
Εξαιτίας του
βάρους του.
Τα πόδια είναι
ανοιχτά
λόγω του
λίπους



**Περήφανη &
πολύ προσεκτική**

Ο μεθυσμένος έχει
πρόβλημα ισορροπίας.
Δεν μπορεί ποτέ να
σταθεί ακίνητος.
Κάνει μικρά βήματα
Συνεχώς. Προσπαθεί
να μας πείσει ότι
είναι εντάξει.

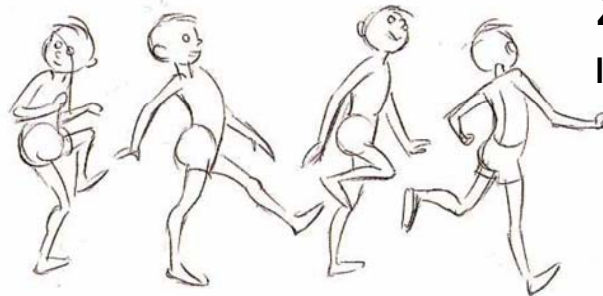


Θυμωμένος

Προχωράει γρήγορα.
Χτυπώντας τα πόδια του



Παιδικό, λίγο
υπερβολικό
Με τα πόδια
πιο ψηλά.



Μωρό

Σταθερά εκτός
ισορροπίας



Ναυτικός,
βρίσκεται
σε ένα
ταλαντευόμενο
Άξονα. Το κεφάλι
έχει μια ελαφριά
καθυστέρηση



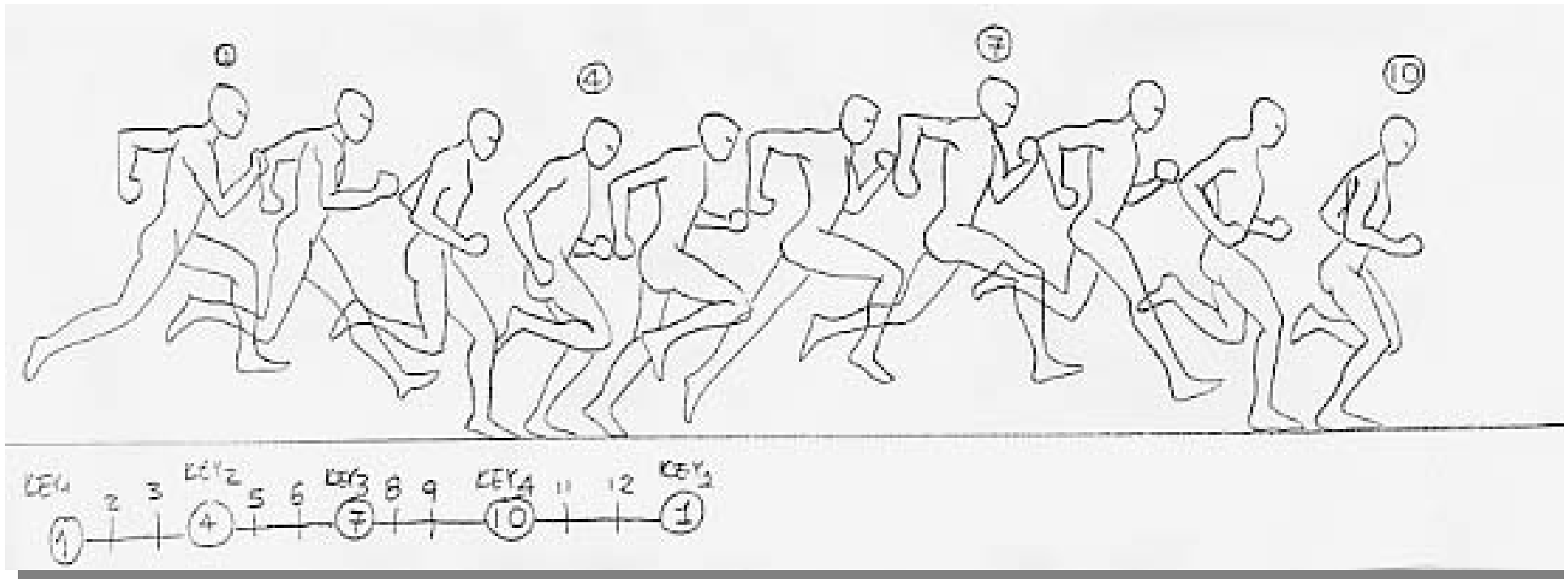
Σκαλιά

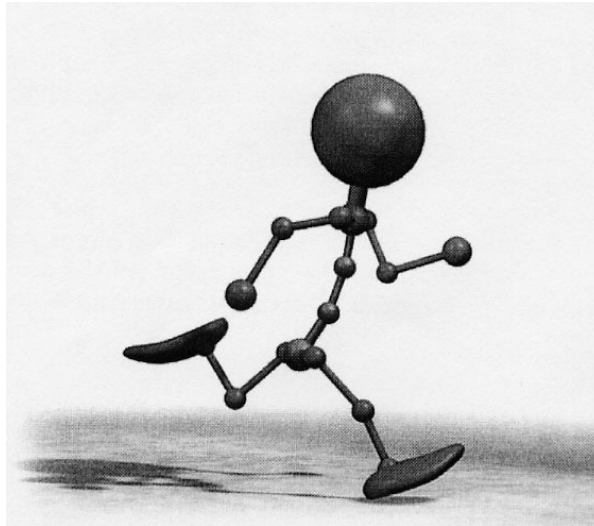


Ανέβασμα: Το μπροστινό πόδι κάνει ορθή γωνία και η πατούσα ακουμπάει το σκαλί παράλληλα και η πίσω πατούσα λυγίζει. Το σώμα γέρνει ελαφρά μπροστά.

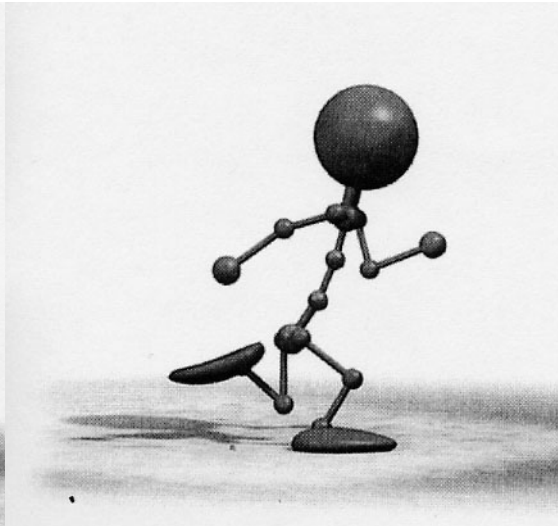
Κατέβασμα: περισσότερο ζούληγμα (squash) των ποδιών του χαρακτήρα από ότι συνήθως.

Τρέξιμο

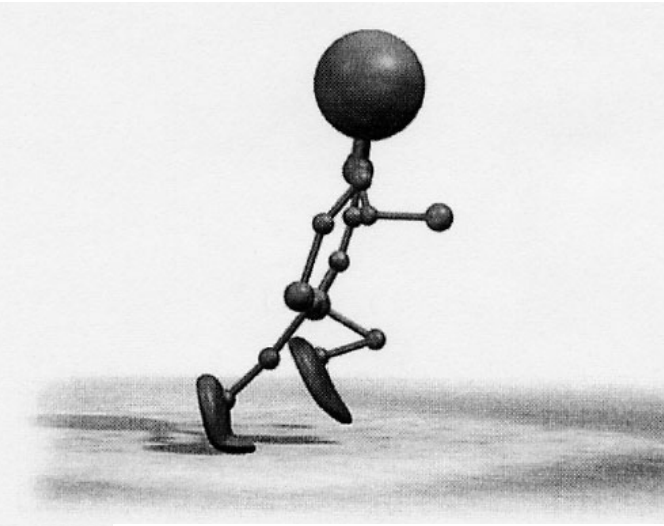




Το σώμα γέρνει
μπροστά
Και τα πόδια έχουν
μεγαλύτερη απόσταση
από ότι στο
περπάτημα.



Κατά την επαφή με το
πάτωμα το μπρος
πόδι φέρει όλο το
βάρος του σώματος
και υποχωρεί
ελαφρώς για λίγο.



Μεταβατική θέση στην
μέση του βήματος, σε
αυτήν την θέση του
κύκλου, το πόδι που
ακουμπάει στο έδαφος
σπρώχνει το πόδι
προς τα επάνω.



Το σώμα αιωρείται και είναι στο υψηλότερο σημείο του κύκλου

Το σώμα γέρνει προσγειώνεται και το επόμενο βήμα ξεκινάει
Το σώμα είναι πάνω από το πόδι που ετοιμάζεται να πατήσει και να βοηθήσει στην ισορρόπηση του βάρους.