



CASO DE PRUEBA: DETERMINACIÓN DE LA EFICACIA DE LOS CALCETINES VOXX PERFORMANCE UTILIZANDO LA TASA de METODOLOGÍA DE PRUEBAS DE DESARROLLO DE FUERZA

INSTALACIÓN DE PRUEBAS: EI FÚTBOL DEL INSTITUTO DEPORTIVO DE CALIFORNIA (16)

DEPORTE: BALONCESTO (14)

ABSTRACTO: Se teoriza que los calcetines Voxx Performance afectan positivamente el rendimiento deportivo gracias a la tecnología patentada que incorporan en sus productos. Se supone que la tecnología activa dermatomas que tienen una conexión directa con el cerebro medio y, por lo tanto, "luz verde", o enciende partes del cerebro medio que aumentarían la sensibilidad del sistema nervioso, afectando así la fuerza, el equilibrio y, a través de un vía diferente, eficiencia respiratoria.

Metodología: Los sujetos incluyeron treinta (30) atletas experimentados, dieciséis (16) jugadores profesionales y universitarios de fútbol americano; y catorce (14) jugadores de baloncesto profesionales y universitarios. A todos los sujetos se les pidió que realizaran saltos de contramovimiento (CMJ) y saltos en cuclillas (SJ) y se los evaluó utilizando una unidad Myotest calibrada con placa de fuerza.

Grupo A: 20 atletas, a cada uno se le dio la misma marca y corte de calcetín deportivo (marca Nike, calcetín corto) y a cada uno se le dio un par de calcetines Voxx Performance. Cada atleta realizó 5 CMJ con el calcetín Nike, se quitó los calcetines Nike, descansó 10 minutos y luego realizó los mismos 5 CMJ con los calcetines Voxx Performance. Esta metodología se repitió ejecutando los SJ.

Grupo B (Control): a 10 atletas se les dio a cada uno la misma marca y corte de calcetín deportivo (marca Nike, calcetín corto) y a cada uno se le dio la versión New Balance del calcetín corto que también carecía de cualquier tecnología que afectara el rendimiento. Cada atleta realizó 5 CMJ con el calcetín Nike, se quitó los calcetines Nike, descansó 10 minutos y luego realizó los mismos 5 CMJ con los calcetines New Balance. Esta metodología se repitió ejecutando los SJ.

Cada grupo repitió las pruebas anteriores dos veces más con tres días entre pruebas. Los resultados que aparecen a continuación se tabularon inclusive durante los tres días de prueba, ya que las pruebas entre días fueron estadísticamente insignificantes.



PRUEBA: SALTO DE CONTRAMOVIMIENTO

Método: Tras la indicación de la unidad Myotest, el sujeto se agacha rápidamente e inmediatamente salta explosivamente lo más alto posible. Luego, el sujeto aterriza, se reinicia y espera la siguiente señal para repetir el proceso. El sujeto ejecutó 5 saltos.

Resultados GRUPO A:

Saltar utilizando calcetín neutro	Saltar usando calcetín Voxx	% Diferencia
Potencia media (W): 3.536	Potencia media (W): 4,172	+18
Fuerza concéntrica media (N): 1.955	Fuerza concéntrica promedio (N): 2295	+17
Fuerza excéntrica media (N): 1.360	Fuerza excéntrica media (N): 1.585	+17
Velocidad promedio (cm/s): 224,2	Velocidad promedio (cm/s): 262,32	+17
Tiempo promedio de ejecución (ms): 730	Tiempo promedio de ejecución (ms): 672	+08 (Mejora en el Rendimiento)

Resultados del GRUPO B (Control):

Saltar usando calcetín neutro (Nike)	Saltar usando calcetín neutro (NB)	% Diferencia
Potencia media (W): 3,312	Potencia media (W): 3.113	-06
Fuerza concéntrica media (N): 1.631	Fuerza concéntrica promedio (N): 1.517	-07
Fuerza excéntrica media (N): 1.317	Fuerza excéntrica media (N): 1.186	-10
Velocidad promedio (cm/s): 238,8	Velocidad media (cm/s): 212,3	-11
Tiempo promedio de ejecución (ms): 830	Tiempo promedio de ejecución (ms): 896	-08 (Disminución del rendimiento)



PRUEBA: SALTO EN CUADRADA

Método: Tras la señal de la unidad Myotest, el sujeto se agacha hasta una posición de 90 grados (medida en la parte posterior de la articulación de la rodilla) y mantiene esa posición estáticamente hasta que se le indique nuevamente. la unidad inmediatamente salta explosivamente lo más alto posible. Luego, el sujeto aterriza, se reinicia y espera la siguiente señal para repetir el proceso. El sujeto ejecutó 5 saltos.

Resultados GRUPO A:

Saltar usando calcetín neutro	Salta usando el calcetín Voxx	% Diferencia
Potencia media (W): 3,110	Potencia media (W): 3.545	+14
Fuerza concéntrica promedio (N): 1.790	Fuerza concéntrica promedio (N): 1.986	+11
Fuerza excéntrica promedio (N): 0	Fuerza excéntrica promedio (N): 0	-
Velocidad promedio (cm/s): 202,3	Velocidad promedio (cm/s): 218,16	+08
Tiempo promedio de ejecución (ms): 735	Tiempo promedio de ejecución (ms): 669	-09 (Mejora del rendimiento)

Resultados del GRUPO B (Control):

Saltar usando calcetín neutro (Nike)	Saltar usando calcetín neutro (NB)	% Diferencia
Potencia media (W): 2,912	Potencia media (W): 2,796	-04
Fuerza concéntrica media (N): 1.570	Fuerza concéntrica promedio (N): 1.491 Fuerza	-05
Fuerza excéntrica promedio (N): 0	excéntrica promedio (N): 0 Velocidad	-
Velocidad promedio (cm/s): 231,9	promedio (cm/s): 223,4	+04
Tiempo promedio de ejecución (ms): 478,8	Tiempo promedio de ejecución (ms): 486,1	+02 (Disminución del rendimiento)



Análisis RFD:

Energía promedio:

Grupo A: Hubo un aumento promedio del 18 % en la potencia promedio de salida al ejecutar el CMJ y un aumento del 14 % en la potencia promedio al ejecutar el SJ al realizar los saltos usando los calcetines VOXX en lugar de no usar los calcetines Voxx.

Grupo B (Control): Hubo una disminución promedio del 6% en la potencia promedio de salida al ejecutar el CMJ y una disminución del 4% en la potencia promedio al ejecutar el SJ al realizar los saltos usando las medias de control Nike en lugar de usar las medias New Balance. .

Fuerza concéntrica promedio:

Grupo A: Hubo un aumento promedio del 17% en la producción de fuerza promedio al ejecutar el CMJ y un aumento del 11% en la producción de fuerza promedio al ejecutar el SJ al realizar los saltos usando los calcetines VOXX en comparación con no usar los calcetines Voxx.

Grupo B (Control): Hubo una disminución promedio del 7% en la producción de fuerza promedio al ejecutar el CMJ y una disminución del 5% en la producción de fuerza promedio al ejecutar el SJ al realizar los saltos usando las medias de control Nike en lugar de usar las New Balance. medias.

Fuerza excéntrica promedio:

Grupo A: Hubo un aumento promedio del 17% en la producción de fuerza promedio al ejecutar el CMJ al realizar los saltos usando los calcetines VOXX en comparación con no usar los calcetines Voxx.

Grupo B (Control): Hubo una disminución promedio del 10% en la producción de fuerza promedio al ejecutar el CMJ al realizar los saltos usando las medias de control Nike en comparación con las medias New Balance.

Velocidad media:

Grupo A: Hubo un aumento promedio del 17% en la velocidad producida al ejecutar el CMJ y un aumento del 8% al realizar el SJ usando los calcetines VOXX en comparación con no usar los calcetines Voxx.

Grupo B (Control): Hubo una disminución promedio del 11 % en la velocidad producida al ejecutar el CMJ y una disminución del 4 % al realizar el SJ usando las medias de control Nike en comparación con las medias New Balance.

Tiempo promedio de ejecución:

Grupo A: Hubo una disminución promedio del 8 % en la longitud necesaria para generar fuerza al ejecutar el CMJ y una disminución del 9 % en la realización del SJ usando los calcetines VOXX en comparación con no usar los calcetines Voxx.

Grupo B (Control): Hubo un aumento promedio del 8% en la longitud necesaria para generar fuerza al ejecutar el CMJ y un aumento del 2% en la realización del SJ usando calcetines de control Nike en comparación con los calcetines New Balance.



Discusión:

Es muy interesante que las producciones de velocidad, potencia promedio y fuerza, tanto excéntrica como concéntrica, aumentaron notablemente cuando todos los sujetos evaluados se pusieron los calcetines Voxx Performance en comparación con cuando usaron los calcetines neutros. También es notable la disminución del tiempo necesario para generar fuerza mientras se usaban los calcetines Voxx en comparación con no usar ese producto.

El entrenamiento continuo fuera de temporada de cada atleta había sido completamente diseñado y monitoreado y en todas las pruebas de entrenamiento de salto de Tasa de Producción de Fuerza anteriores nunca había habido una sola prueba de salto registrada que mostrara un aumento en cualquier parámetro de rendimiento dentro de una sola sesión de entrenamiento. . (Como lo demuestra la degradación normal en el rendimiento del grupo de control entre saltos, un período de descanso de 10 minutos entre series de actividad - como lo probaron una gran cantidad de investigadores en múltiples estudios - no es tiempo suficiente para regenerar el SNC y los procesos musculoesqueléticos para engendrar en promedio, un aumento estadísticamente significativo en el rendimiento basado en la potencia. Como era de esperar, nuestro grupo de control tuvo disminuciones predecibles en el rendimiento).

Por lo tanto, fue totalmente inesperado que los atletas que usaron los calcetines Voxx mejoraran dramáticamente su rendimiento en todos los ámbitos. Este investigador no comprende completamente los mecanismos de este notable resultado transformador, pero el cambio en el rendimiento fue tan profundo que de hecho parece haber algún proceso en marcha instigado por la tecnología patentada incorporada en los calcetines Voxx.

El concepto de un vínculo directo entre los sitios de dermatomas grandes (en concentración) y el cerebro medio no es nuevo, pero ese mecanismo nunca ha sido completamente estudiado ni deconstruido hasta donde sabe este investigador. Una vez dicho esto; El hecho de que los calcetines Voxx produzcan aumentos positivos clínicamente mensurables en los parámetros de rendimiento estándar indica que la lógica detrás de la teoría es sólida y que pruebas adicionales probablemente conducirán en última instancia a una comprensión completa del proceso bio/neuro involucrado. Hasta donde sabemos, no conocemos la existencia de una ayuda no ergogénica (PED) que genere un aumento tan convincente del rendimiento como lo hacen los calcetines Voxx de una manera perfectamente legal y ética.