

MTM ASSOCIATION e. V.  
Elbchausee 352, D-22609 Hamburg  
Teléfono: +49 40 822779-0  
Fax: +49 40 822779-79  
contact@mtm.org



## MTM-UAS

### Operaciones Básicas

#### Unidades de tiempo

TMU	Segundos	Minutos	Horas
1	0,036	0,0006	0,00001
27,8	1		
1 666,7		1	
100 000			1

Utilizar los valores de esta tabla sin una formación adecuada en MTM-1 y MTM-UAS puede conducir a resultados falsos.

© MTM ASSOCIATION e. V., 1978  
Derechos de autor protegido – Prohibida la reproducción

Longitud del Movimiento en cm	≤ 20	> 20 a ≤ 50	> 50 a ≤ 80
Campo de distancia	1	2	3

Tomar y Situar		Código	1	2	3	
			TMU			
≤ 1 kg	Caso del Tomar	Caso del Situar				
	Fácil	Aprox.	<b>AA</b>	20	35	50
		Suelto	<b>AB</b>	30	45	60
		Justo	<b>AC</b>	40	55	70
	Difícil	Aprox.	<b>AD</b>	20	45	60
		Suelto	<b>AE</b>	30	55	70
		Justo	<b>AF</b>	40	65	80
	Puñado	Aprox.	<b>AG</b>	40	65	80
	> 1 kg a ≤ 8 kg	Aprox.	<b>AH</b>	25	45	55
		Suelto	<b>AJ</b>	40	65	75
Justo		<b>AK</b>	50	75	85	
> 8 kg a ≤ 22 kg	Aprox.	<b>AL</b>	80	105	115	
	Suelto	<b>AM</b>	95	120	130	
	Justo	<b>AN</b>	120	145	160	

Situar		Código	1	2	3
			TMU		
	Aprox.	<b>PA</b>	10	20	25
	Suelto	<b>PB</b>	20	30	35
	Justo	<b>PC</b>	30	40	45

Longitud del Movimiento en cm	≤ 20	> 20 a ≤ 50	> 50 a ≤ 80
Campo de distancia	1	2	3

Manejar Medios Auxiliares	Código	1	2	3
		TMU		
Aprox.	<b>HA</b>	25	45	65
Suelto	<b>HB</b>	40	60	75
Justo	<b>HC</b>	50	70	85

Accionar	Código	1	2	3
Simples	<b>BA</b>	10	25	40
Compuesto	<b>BB</b>	30	45	60

Ciclos de movimientos	Código	1	2	3
Un movimiento	<b>ZA</b>	5	15	20
Secuencia de movimientos	<b>ZB</b>	10	30	40
Recolocar y un movimiento	<b>ZC</b>	30	45	55
Apretar o aflojar	<b>ZD</b>	20		

Movimientos del Cuerpo	Código	TMU
Andar/m	<b>KA</b>	25
Inclinarse, Agacharse, Arrodillarse incl. Enderezarse	<b>KB</b>	60
Sentarse y Levantarse	<b>KC</b>	110

Control Visual	VA	15
----------------	----	----