

Tabla 1 : Alcanzar :R							
Distancia recorrida (pulgada)	Tiempo (TMU)				Mano en movimiento		Caso y descripción
	A	B	C o D	E	A	B	
1/2 o menos	2.0	2.0	2.0	2.0	1.6	1.6	A Alcanzar un objeto en posición fija, o un objeto en la otra mano o sobre el cual descansa la otra mano.
1	2.5	2.5	3.6	2.4	2.3	2.3	
2	4.0	4.0	5.9	3.8	3.5	2.7	
3	5.3	5.3	7.3	5.3	4.5	3.6	B Alcanzar un solo objeto en una posición que puede variar ligeramente de un ciclo a otro.
4	6.1	6.4	8.4	6.8	4.9	4.3	
5	6.5	7.8	9.4	7.4	5.3	5.0	
6	7.0	8.6	10.1	8.0	5.7	5.7	C Alcanzar un objeto mezclado con otros en un grupo, de manera que es necesario buscar y seleccionar.
7	7.4	9.3	10.8	8.7	6.1	6.5	
8	7.9	10.1	11.5	9.3	6.5	7.2	
9	8.3	10.8	12.2	9.9	6.9	7.9	D Alcanzar un objeto muy pequeño o donde se requiere un agarre preciso.
10	8.7	11.5	12.9	10.5	7.3	8.6	
12	9.6	12.9	14.2	11.8	8.1	10.1	
14	10.5	14.4	15.6	13.0	8.9	11.5	E Alcanzar una posición indefinida para poner la mano en posición con el fin de equilibrar el cuerpo o para el movimiento siguiente o fuera de la trayectoria.
16	11.4	15.8	17.0	14.2	9.7	12.9	
18	12.3	17.2	18.4	15.5	10.5	14.4	
20	13.1	18.6	19.8	16.7	11.3	15.8	
22	14.0	20.1	21.2	18.0	12.1	17.3	
24	14.9	21.5	22.5	19.2	12.9	18.8	
26	15.8	22.9	23.9	20.4	13.7	20.2	
28	16.7	24.4	25.3	21.7	14.5	21.7	
30	17.5	25.8	26.7	22.9	15.3	23.2	

Tabla 2:Mover:M									
Distancia recorrida (pulgada)	Tiempo (TMU)				Holgura por peso			Caso y descripción	
	A	B	C	Mano en movimiento B	Peso (lb) hasta	Factor	Constante (TMU)		
1/2 o menos	2.0	2.0	1.7	1.7	2.5	0	0	A	Mover el objeto a la otra mano o contra un tope.
1	2.5	2.9	3.4	2.3					
2	3.6	4.6	5.2	2.9					
3	4.9	5.7	6.7	3.6	7.5	1.06	2.2	B	Mover el objeto a una localización aproximada o indefinida.
4	6.1	6.9	8.0	4.3					
5	7.3	8.0	9.2	5.0					
6	8.1	8.9	10.3	5.7	17.5	1.17	5.6		
7	8.9	9.7	11.1	6.5					
8	9.7	10.6	11.8	7.2					
9	10.5	11.5	12.7	7.9	22.5	1.22	7.4		
10	11.3	12.2	13.5	8.6					
12	12.9	13.4	15.2	10.0					
14	14.4	14.6	16.9	11.4	32.5	1.33	10.8	C	Mover el objeto a una localización exacta.
16	16.0	15.8	18.7	12.8					
18	17.6	17.0	20.4	14.2					
20	19.2	18.2	22.1	15.6	37.5	1.39	12.5		
22	20.8	19.4	23.8	17.0					
24	22.4	20.6	25.5	18.4					
26	24.0	21.8	27.3	19.8	47.5	1.50	16.0		
28	25.5	23.1	29.0	21.2					
30	27.1	24.3	30.7	22.7					