

Штангист-тяжеловес массой 160 кг отрывает от помоста штангу массой 220 кг и начинает поднимать ее. В некоторый момент ускорение штанги направлено вертикально вверх и равно по модулю $0,1 \text{ м/с}^2$. Определите модуль силы, с которой в этот момент ноги штангиста давят на помост вертикально вниз. *Ответ запишите в ньютонах.*