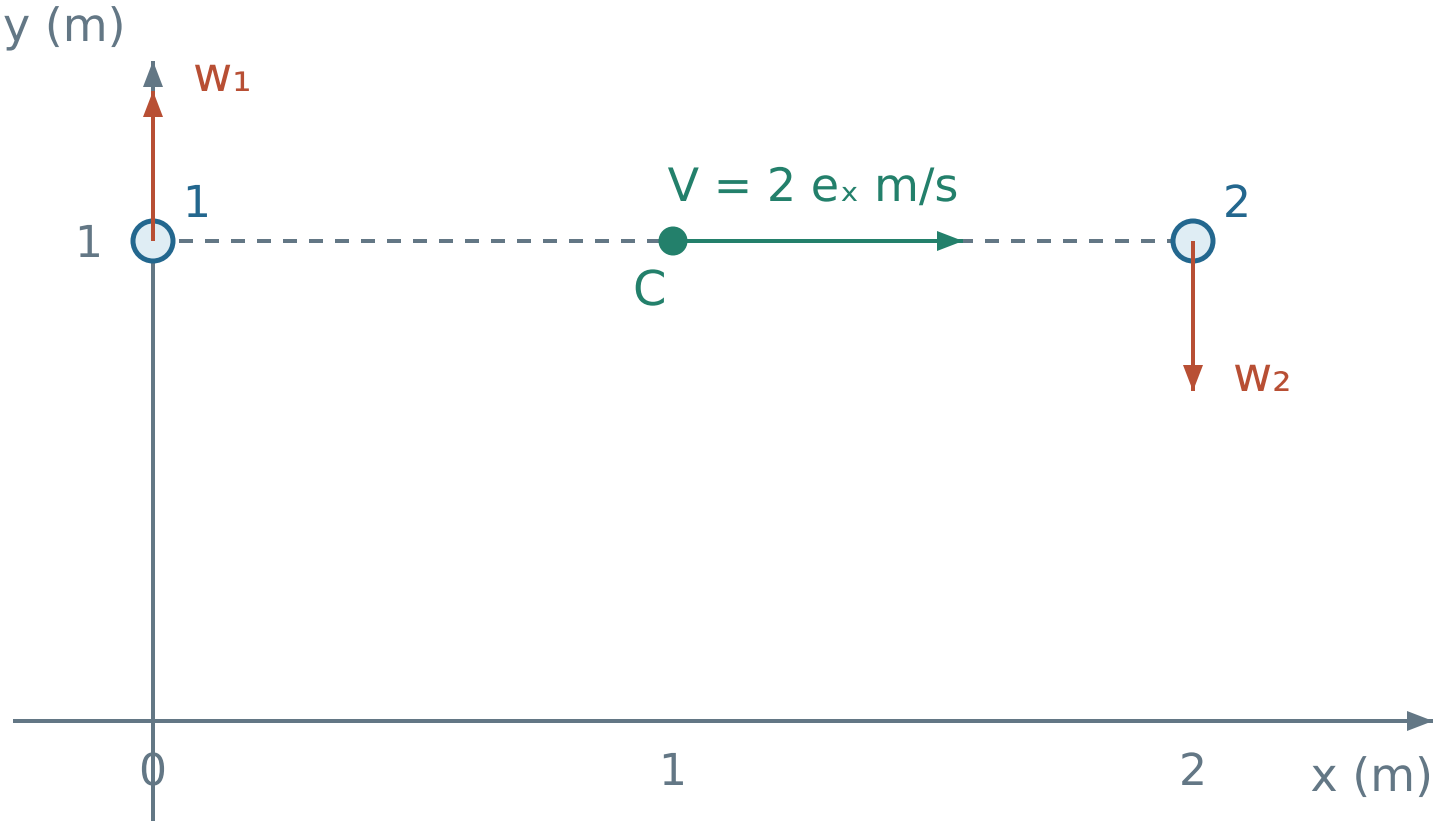
Separar la velocidad común de la relativa



$$L_{O,z} = -6 \cdot (R \times P)_z = -4 \cdot L_{C,z} = -2 \ [\text{kg m}^2/\text{s}]$$