

|                           |                              |                  |
|---------------------------|------------------------------|------------------|
| NOME: GRAZZIELA FAVARATTO |                              | DATA: 10/12/2019 |
| IDADE: 43 ANOS            | OBJETIVO: AVALIAÇÃO DE FORÇA |                  |
| AVALIADOR: NATALIA LUISA  |                              |                  |

| DESEMPENHO CORPORAL    |                               | RESULTADOS |          |                  |
|------------------------|-------------------------------|------------|----------|------------------|
|                        |                               | M1         |          |                  |
| DINAMÔMETRIA<br>(KG/F) | QUADRÍCEPS                    | 57,2       | DIREITO  | RELAÇÃO D/E (%)  |
|                        |                               | 55         | ESQUERDO | -3,85            |
|                        | ISQUIOTIBIAIS                 | 24,3       | DIREITO  | RELAÇÃO D/E (%)  |
|                        |                               | 22,3       | ESQUERDO | 8,97             |
|                        | ISQUIOTIBIAIS /<br>QUADRÍCEPS | 42,48      | DIREITO  | DEFICIT DE FORÇA |
|                        |                               | 40,55      | ESQUERDO | DEFICIT DE FORÇA |
|                        | GLÚTEO MÉDIO                  | 29,3       | DIREITO  | RELAÇÃO D/E (%)  |
|                        |                               | 31,8       | ESQUERDO | 8,53             |
|                        | GLÚTEO MÁXIMO                 | 19,7       | DIREITO  | RELAÇÃO E/D (%)  |
|                        |                               | 24,3       | ESQUERDO | 23,35            |

DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO:

- Assimetria de gluteo maximo;
- assimetria na relação de força de isquiotibiais/quadriceps;