

<b>NOME:</b> VICTOR AUGUSTO HERNANDES PEREIRA	<b>DATA:</b> 22/11/2019
<b>IDADE:</b> 28 ANOS	<b>OBJETIVO:</b> AVALIAÇÃO DE FORÇA
<b>AVALIADOR:</b> NATALIA LUISA	

DESEMPENHO CORPORAL		RESULTADOS		
		M1		
DINAMÔMETRIA (KG/F)	QUADRÍCEPS	53,2	DIREITO	RELAÇÃO D/E (%)
		50,8	ESQUERDO	-4,51
	ISQUIOTIBIAIS	35	DIREITO	RELAÇÃO D/E (%)
		24,4	ESQUERDO	43,44
	ISQUIOTIBIAIS / QUADRÍCEPS	65,79	DIREITO	ADEQUADO
		48,03	ESQUERDO	DÉFICIT DE FORÇA
	GLÚTEO MÉDIO	29,7	DIREITO	RELAÇÃO D/E (%)
		35,2	ESQUERDO	18,52
	GLÚTEO MÁXIMO	19,8	DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		15,9	ESQUERDO	-19,70

#### DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO:

- melhorar a simetria de isquiotibiais;
- melhorar a simetria de gluteo medio;
- melhorar a simetria de gluteo maximo;
- melhorar a relação de força de isquiotibiais/quadriceps;