

NOME: EDUARDO RABELLO DE ALMEIDA	DATA: 05/11/2019
IDADE: 29 ANOS	OBJETIVO: AVALIAÇÃO DE FORÇA
AVALIADOR: NATALIA LUISA	

DESEMPENHO CORPORAL		RESULTADOS		
		M1		
DINAMÔMETRIA (KG/F)	QUADRÍCEPS	37	DIREITO	RELAÇÃO D/E (%)
		40,6	ESQUERDO	9,73
	ISQUIOTIBIAIS	19,9	DIREITO	RELAÇÃO D/E (%)
		16,8	ESQUERDO	18,45
	ISQUIOTIBIAIS / QUADRÍCEPS	53,78	DIREITO	DÉFICIT DE FORÇA
		41,38	ESQUERDO	DÉFICIT DE FORÇA
	GLÚTEO MÉDIO	13,3	DIREITO	RELAÇÃO D/E (%)
		9,4	ESQUERDO	-29,32
	GLÚTEO MÁXIMO	25,9	DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		19	ESQUERDO	-26,64

#### DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO:

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