

LUIS HENRIQUE COLOMBO

Programa individual de treinamento

Diagnóstico de Desempenho:

- Agachamento, incompleto, sem dor
 Discenesia escapular
 Boa força de core

- 4. Falta de flexibilidade
- 5. Diminuição de mobilidade de tornozelo
- 6. Diminuição de força em ombro direito

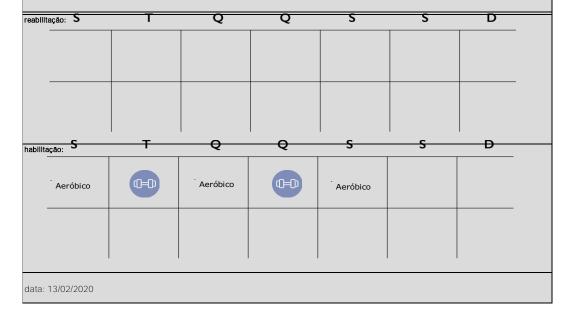
Diagnóstico de Composto: Altura: 1,73 peso: 80kg gor: 23%

Antecedentes pessoais: Diabetes, hipertensão, entorse tornozelo, dor ombro sem diagnostico

Objetivo: Condicionamento físico

Recomendações pela Avaliação

Preparação física: Melhora da força muscular





Wanessa Silva Fisioterapeuta / Preparadora física Especialista: Fisiologia do exercício e prescrição de exercícios Crefito: 215506-F - Cref: 104545-G/SP