



 /onbodyevolution on_bodyevolution

 on_bodyevolution

NOME: LEON VICTOR S. CZARLINSKI	DATA:22/07/2019
IDADE: 29 ANOS	OBJETIVO: AVALIAÇÃO DE FORÇA
MEMBRO DOMINANTE OU NÃO LESIONADO: MEMBRO INFERIOR DIREITO	

DESEMPENHO CORPORAL							RESULTADOS
DINAMÔMETRIA (KG/F)	QUADRÍCEPS	T1	T2	T3	Média	DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		36,30	37,80	47,20	40,43	ESQUERDO	3,46
	ISQUIOTIBIAIS	24,70	0,00	0,00	24,70	DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		25,10	0,00	0,00	25,10	ESQUERDO	1,62
	ISQUIOTIBIAIS VS QUADRÍCEPS (DIFERENÇA EM %)					DIREITO	-38,91
						ESQUERDO	-40,00
	GLÚTEO MÉDIO	30,80	31,20	27,30	29,77	DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		28,00	26,80	31,30	28,70	ESQUERDO	-3,58
	GLÚTEO MÁXIMO	18,70	14,80	0,00	16,75	DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		12,20	16,50	0,00	14,35	ESQUERDO	-14,33
	ROT. LATERAIS	22,80	22,70	20,40	21,97	DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		18,90	21,40	26,60	22,30	ESQUERDO	1,52

DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO: Todos os teste permitindo uso das mãos na maca. 0,00 = câimbra incapacitante de realizar novas mensurações.

RECOMENDAÇÕES: Fortalecimento global de MMII com ênfase em isquiotibiais e glúteos bilateral.