

| | |
|------------------------------|------------------------------|
| NOME: HUMBERTO PEREIRA SILVA | DATA: 11/12/2019 |
| IDADE: 36 ANOS | OBJETIVO: AVALIAÇÃO DE FORÇA |
| AVALIADOR: NATALIA LUISA | |

| DESEMPENHO CORPORAL | | RESULTADOS | | |
|------------------------|-------------------------------|------------|----------|------------------|
| | | M1 | | |
| DINAMÔMETRIA (KG/F) | QUADRÍCEPS | 51,7 | DIREITO | RELAÇÃO D/E (%) |
| | | 43 | ESQUERDO | -16,83 |
| | ISQUIOTIBIAIS | 19,4 | DIREITO | RELAÇÃO D/E (%) |
| | | 12,6 | ESQUERDO | 53,97 |
| | ISQUIOTIBIAIS / QUADRÍCEPS | 37,52 | DIREITO | DÉFICIT DE FORÇA |
| | | 29,30 | ESQUERDO | DÉFICIT DE FORÇA |
| | GLÚTEO MÉDIO | 20,1 | DIREITO | RELAÇÃO D/E (%) |
| | | 23,3 | ESQUERDO | 15,92 |
| | GLÚTEO MÁXIMO | 36,1 | DIREITO | RELAÇÃO E/D (%) |
| | | 37,8 | ESQUERDO | 4,71 |

DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO:

- assimetria de quadriceps;
- assimetria de isquiotibiais;
- assimetria de gluteo medio;
- assimetria na relação de força de quadriceps e isquiotibiais;