


AVALIAÇÃO DO MOVIMENTO

NOME: HENRIQUE BRESSIANI	DATA NASC.: 30/10/2000
AVALIAÇÃO: 25/09/2019	REAValiação: DEZ/2019
DIAGNOSTICO: SAUDE E AUMENTO DE MASSA MUSCULAR	

PESO: 75 KG	ALTURA: 194 CM	PA: 12/6
--------------------	-----------------------	-----------------

TESTE	RESULTADOS			
AGACHAMENTO ARRANQUE	Parcial sem apoio rotação lateral dos pés/pisada pronada/falta de mobilidade de tornozelo/projecao do tronco/falta de mobilidade de ombros/cabeça a frente/com apoio movimento completo/joelho varo/anteversão do quadril/falta de mobilidade de ombros/cabeça a frente - sem dor - PSE: 3			
PONTE BILATERAL	60" - rotação lateral dos pes - sem dor - PSE: 5			
PRANCHA	60" - sem dor - PSE: 7			
KIBLER	LADO	K1	K2	K3
	DIREITO	SIM	SIM	NÃO
	ESQUERDO	SIM	SIM	NÃO
				LSI (%)
APPLEY CM	DIREITO	13		86,7
	ESQUERDO*	15		
OBS: falta de mobilidade de ombros/cabeça a frente - sem dor - PSE: 4				
PONTE UNILATERAL	DIREITO	60		100,0
	ESQUERDO*	60		
OBS: lado esq. rotação lateral do pe/falta de controle neuromuscular - sem dor/lado dir. falta de controle neuromuscular - sem dor - PSE: 8				
PRANCHA LATERAL	DIREITO	48		104,2
	ESQUERDO*	50		
OBS: lado esq. cabeça a frente/falta de controle neuromuscular - sem dor/lado dir. cabeça a frente/falta de controle neuromuscular - sem dor - PSE: 9				

 PERNA ESTENDIDA	DIREITO	75	100
	ESQUERDO*	75	
OBS: com joelho flexionado - PSE: 0			
FORÇA DE ABDUÇÃO (10% PC)	DIREITO	29	93,10
	ESQUERDO*	27	
OBS: lado dir. sem dor/lado esq. sem dor - PSE: 7			
OBS GERAIS: Faz preparação física 3 vezes na semana/Pilates 1x na semana/joga futebol 1x na semana (nao competitivo). Recomendações: Fazer LPO 1x na semana.			