

| | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| NOME: RICARDO TABET MANENTE | DATA: 08/11/2019 |
| IDADE: 25 ANOS | OBJETIVO: AVALIAÇÃO DE FORÇA |
| AVALIADOR: NATALIA LUISA | |

| DESEMPENHO CORPORAL | | RESULTADOS | | |
|------------------------|-------------------------------|------------|----------|-----------------|
| | | M1 | | |
| DINAMÔMETRIA (KG/F) | QUADRÍCEPS | 53,8 | DIREITO | RELAÇÃO D/E (%) |
| | | 52,4 | ESQUERDO | -2,60 |
| | ISQUIOTIBIAIS | 33,1 | DIREITO | RELAÇÃO D/E (%) |
| | | 37,1 | ESQUERDO | -10,78 |
| | ISQUIOTIBIAIS / QUADRÍCEPS | 61,52 | DIREITO | ADEQUADO |
| | | 70,80 | ESQUERDO | INADEQUADO |
| | GLÚTEO MÉDIO | 37 | DIREITO | RELAÇÃO D/E (%) |
| | | 34,7 | ESQUERDO | -6,22 |
| | GLÚTEO MÁXIMO | 23,8 | DIREITO | RELAÇÃO E/D (%) |
| | | 28,9 | ESQUERDO | 21,43 |

DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO:

- melhorar a simetria de isquiotibiais;
- melhorar a simetria de gluteo maximo;
- melhorar a relação de força de isquiotibiais/quadriceps;
- rotação lateral direito 13,4 esquerda 15,9
- elavacao frontal direito 8,1 esquerdo 7,8