

AVALIAÇÃO DO MOVIMENTO

NOME: JOÃO HOLLANDA	DATA NASC.: 19/08/1978
AVALIAÇÃO: 11/10/2019	REAValiação: 06/12/2019
DIAGNOSTICO: LIMITAÇÃO DO QUADRIL ESQUERDO (ROTAÇÃO INTERNA E EXTERNA)	

PESO: 90KG	ALTURA: 175CM	PA: 14/8MMHG
-------------------	----------------------	---------------------


TESTE	RESULTADOS			
AGACHAMENTO ARRANQUE	Parcial com e sem apoio rotação lateral dos pés/pisada neutra/falta de mobilidade de quadril/projecao do tronco a frente/falta de alongamento de ombros - sem dor - PSE: 0			
PONTE BILATERAL	60" - rotação lateral dos pes - sem dor - PSE: 3			
PRANCHA	60" - falta de controle neuromuscular - sem dor - PSE: 3			
KIBLER	LADO	K1	K2	K3
	DIREITO	SIM	SIM	NÃO
	ESQUERDO	SIM	SIM	NÃO
				LSI (%)
APPLEY CM	DIREITO	12		60
	ESQUERDO	20		
OBS: Lado esq/dir. falta de mobilidade e alongamento dos ombros - sem dor - PSE: 0				
PONTE UNILATERAL	DIREITO	28		65,1
	ESQUERDO	43		
OBS: lado esq. sem dor/lado dir. rotação lateral do pe/rotação de quadril - sem dor - PSE: 3				
PRANCHA LATERAL	DIREITO	40		100,0
	ESQUERDO	40		
OBS: lado dir/esq. rotação de tronco/projeção da cabeça a frente/falta de controle neromuscular - sem dor - PSE: 0				



/onbodyevolution



on_bodyevolution

 PERNA ESTENDIDA	DIREITO	45	100
	ESQUERDO	45	
OBS: lado esq. +45 graus/falta de alongamento na cadeia posterior em ambos os lados - sem dor - PSE: 0			
FORÇA DE ABDUÇÃO (10% PC)	DIREITO	10	80,00
	ESQUERDO	8	
OBS: lado esq/dir. falta de ativação de core - sem dor - PSE: 0			

NATALIA LUISA
PREPARAÇÃO FÍSICA/AVALIAÇÃO FÍSICA
CREF: 113695-G/SP