

| | |
|-----------------------------|------------------------------|
| NOME: ARTURO SCATIGNO BRUNO | DATA: 13/11/2019 |
| IDADE: 34 ANOS | OBJETIVO: AVALIAÇÃO DE FORÇA |
| AVALIADOR: NATALIA LUISA | |

| DESEMPENHO CORPORAL | | RESULTADOS | | |
|------------------------|-------------------------------|------------|----------|------------------|
| | | M1 | | |
| DINAMÔMETRIA (KG/F) | QUADRÍCEPS | 46,8 | DIREITO | RELAÇÃO D/E (%) |
| | | 39,2 | ESQUERDO | -16,24 |
| | ISQUIOTIBIAIS | 25 | DIREITO | RELAÇÃO D/E (%) |
| | | 18,8 | ESQUERDO | 32,98 |
| | ISQUIOTIBIAIS / QUADRÍCEPS | 53,42 | DIREITO | DÉFICIT DE FORÇA |
| | | 47,96 | ESQUERDO | DÉFICIT DE FORÇA |
| | GLÚTEO MÉDIO | 28,9 | DIREITO | RELAÇÃO D/E (%) |
| | | 27,3 | ESQUERDO | -5,54 |
| | GLÚTEO MÁXIMO | 32,7 | DIREITO | RELAÇÃO E/D (%) |
| | | 34,6 | ESQUERDO | 5,81 |

DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO:

- Melhorar a simetria de força de quadriceps;
- Melhorar a simetria de força de isquiotibiais;
- melhorar a relação de força muscular quadriceps e isquiotibial;