


AVALIAÇÃO DO MOVIMENTO

NOME: DIOGO LOPES ROMANO	DATA NASC.: 27/06/2005
AVALIAÇÃO: 23/08/2019	REAValiação: 11/2019
DIAGNOSTICO: MELHORAR PERFORMANCE	

PESO: 54 KG	ALTURA: 161 CM	PA: -
--------------------	-----------------------	--------------

TESTE	RESULTADOS			
AGACHAMENTO ARRANQUE	Completo sem apoio: rotação lateral dos pés/anteversão do quadril/projecao do tronco/falta de controle neuromuscular - sem dor - PSE: 0			
PONTE BILATERAL	60" - sem dor - PSE: 2			
PRANCHA	60" - afastamento lateral das escapulas/falta de controle neuromuscular - sem dor - PSE: 4			
KIBLER	LADO	K1	K2	K3
	DIREITO	SIM	SIM	SIM
	ESQUERDO	SIM	SIM	SIM
				LSI (%)
APPLEY CM	DIREITO	0		0
	ESQUERDO	0		
OBS: escapulas ressaltadas/encostou as maos - sem dor - PSE: 0				
PONTE UNILATERAL	DIREITO	60		100,0
	ESQUERDO	60		
OBS: lado esq. rotação do quadril/falta de controle neuromuscular- sem dor - PSE: 6,5/lado dir. rotação do quadril/falta de controle neuromuscular- PSE: 6				
PRANCHA LATERAL	DIREITO	60		66,7
	ESQUERDO	40		
OBS: lado esq. apoio na lateral da perna/rotação de quadril/projecao da cabeça/falta de controle neuromuscular - PSE:7/lado dir. apoio na lateral da perna/rotação de quadril/projeção da cabeça/falta de controle neuromuscular - PSE: 7,5				

 PERNA ESTENDIDA	DIREITO	90	100
	ESQUERDO	90	
OBS: lado esq. Joelho flexionado - sem dor - PSE: 0/lado dir. joelho flexionado - sem dor - PSE: 0			
FORÇA DE ABDUÇÃO (10% PC)	DIREITO	41	73,17
	ESQUERDO	30	
OBS: falta de ativação do core/falta de controle neuromuscular - sem dor - PSE: 8			
OBS GERAIS: pés planos/rotação lateral dos pés durante deslocamento frontal e posição ortostática/projeção do quadril a frente (ortostática)/joga futebol 2-3 vezes por semana/basquete 3 vezes por semana/fez judo durante 3 anos.. mais as aulas de educação física na escola 2 vezes por semana.. Recomendações: preparação física 1-2 vezes por semana para fortalecimento muscular..			

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