

NOME: MARCIO TADEU PISANI	DATA: 31/10/2019
IDADE: 44 ANOS	OBJETIVO: AVALIAÇÃO DE FORÇA
AVALIADOR: NATALIA LUISA	

DESEMPENHO CORPORAL		RESULTADOS		
		M1		
DINAMÔMETRIA (KG/F)	QUADRÍCEPS	55,3	DIREITO	RELAÇÃO D/E (%)
		38,5	ESQUERDO	-30,38
	ISQUIOTIBIAIS	32,3	DIREITO	RELAÇÃO D/E (%)
		21,5	ESQUERDO	50,23
	ISQUIOTIBIAIS / QUADRÍCEPS	58,41	DIREITO	DÉFICIT DE FORÇA
		55,84	ESQUERDO	DÉFICIT DE FORÇA
	GLÚTEO MÉDIO	20,3	DIREITO	RELAÇÃO D/E (%)
		19,4	ESQUERDO	-4,43
	GLÚTEO MÁXIMO	31,4	DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		32,8	ESQUERDO	4,46

#### 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;