

סיכום אימון של המטופל: יעל שניידמן

מספר מטופל: 3333

זמן האימון: 20/01/2025 23:47:02

דירוג קושי של האימון: 4

האם בוצעה הפסקה באימון? לא

האם האימון הופסק באמצע או הושלם? הושלם

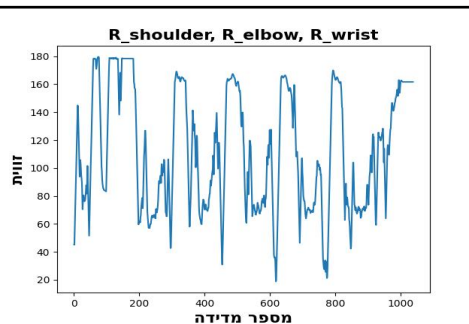
מספר חזרות מוצלחות: 4

אביזר: כדור

שם התרגיל: רוטציית גו

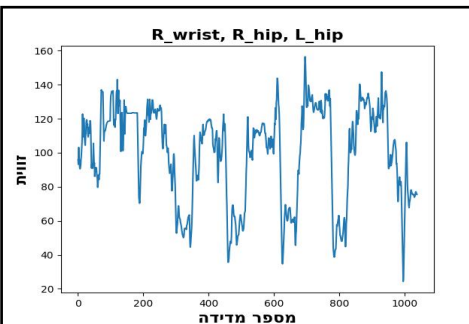
#### R\_shoulder, R\_elbow, R\_wrist

מדדים	ערכים
מינימום	18.85
מקסימום	179.66
ממוצע	111.51
סטיית תקן	42.34



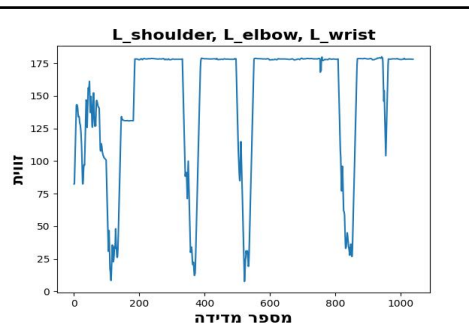
#### R\_wrist, R\_hip, L\_hip

מדדים	ערכים
מינימום	24.35
מקסימום	156.46
ממוצע	99.84
סטיית תקן	27.58



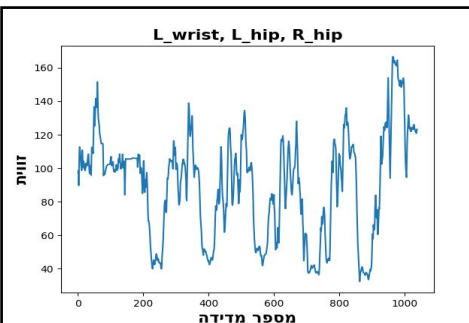
#### L\_shoulder, L\_elbow, L\_wrist

מדדים	ערכים
מינימום	7.68
מקסימום	180.00
ממוצע	148.53
סטיית תקן	48.55



#### L\_wrist, L\_hip, R\_hip

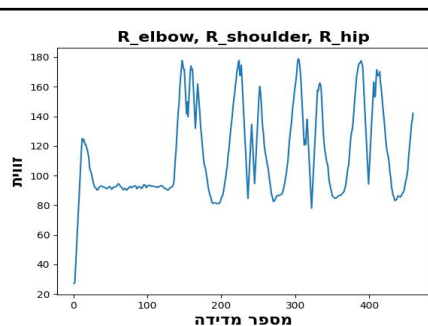
מדדים	ערכים
מינימום	32.42
מקסימום	166.59
ממוצע	89.68
סטיית תקן	30.96



שם התרגיל: העברת כדור מעל הראש      אביזר: כדור      מספר חזרות מוצלחות: 5

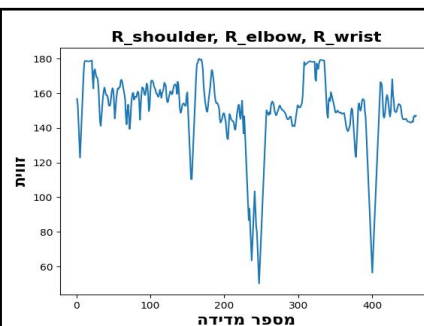
### R\_elbow, R\_shoulder, R\_hip

מדדים	ערכים
מינימום	27.13
מקסימום	178.89
ממוצע	113.56
סטיית תקן	30.01



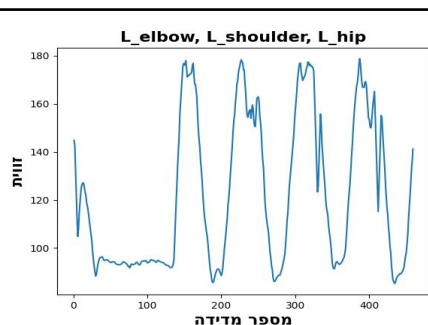
### R\_shoulder, R\_elbow, R\_wrist

מדדים	ערכים
מינימום	50.23
מקסימום	179.94
ממוצע	149.31
סטיית תקן	22.90



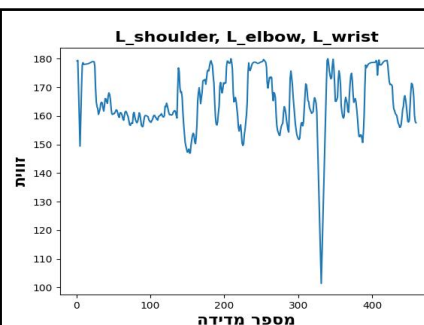
### L\_elbow, L\_shoulder, L\_hip

מדדים	ערכים
מינימום	85.26
מקסימום	178.76
ממוצע	122.00
סטיית תקן	31.25



### L\_shoulder, L\_elbow, L\_wrist

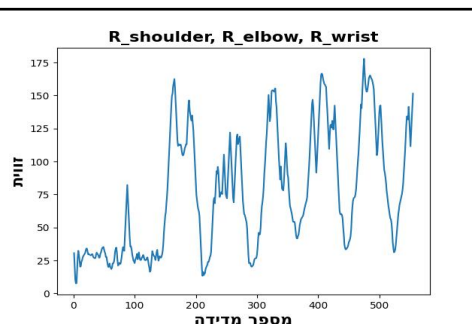
מדדים	ערכים
מינימום	101.42
מקסימום	180.00
ממוצע	164.88
סטיית תקן	10.62



שם התרגיל: יישור מרפק ימין ב- ABD כתף      אביזר: גומיית התנגדות      מספר חזרות מוצלחות: 4

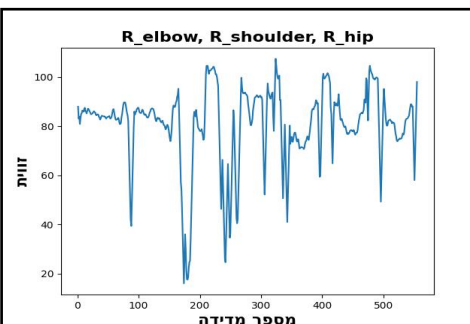
#### R\_shoulder, R\_elbow, R\_wrist

מדידים	ערכים
מינימום	7.59
מקסימום	177.88
ממוצע	75.81
סטיית תקן	45.51



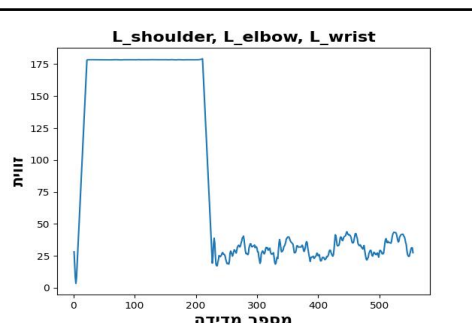
#### R\_elbow, R\_shoulder, R\_hip

מדידים	ערכים
מינימום	16.07
מקסימום	107.42
ממוצע	80.24
סטיית תקן	15.89



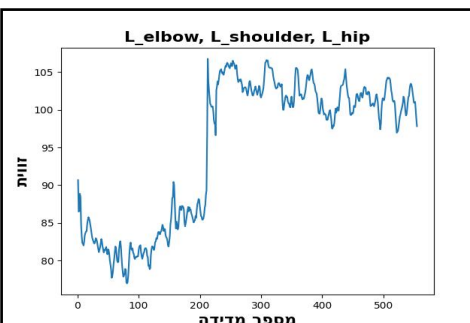
#### L\_shoulder, L\_elbow, L\_wrist

מדידים	ערכים
מינימום	3.41
מקסימום	179.23
ממוצע	84.77
סטיית תקן	70.20



#### L\_elbow, L\_shoulder, L\_hip

מדידים	ערכים
מינימום	76.96
מקסימום	106.77
ממוצע	94.94
סטיית תקן	9.56

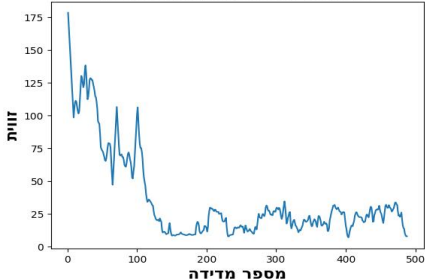


שם התרגיל: יישור מרפק שמאל ב- ABD כתף      אביזר: גומיית התנגדות      מספר חזרות מוצלחות:

### R\_shoulder, R\_elbow, R\_wrist

מדדים	ערכים
מינימום	7.17
מקסימום	178.51
ממוצע	36.52
סטיית תקן	33.93

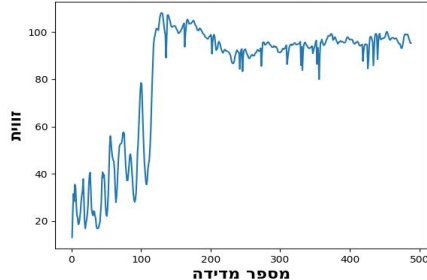
R\_shoulder, R\_elbow, R\_wrist



### R\_elbow, R\_shoulder, R\_hip

מדדים	ערכים
מינימום	13.07
מקסימום	108.14
ממוצע	82.02
סטיית תקן	25.97

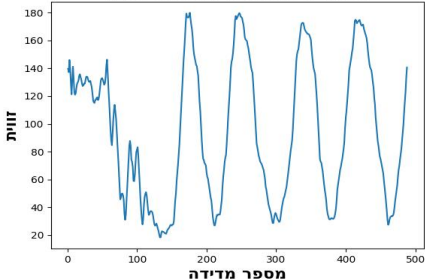
R\_elbow, R\_shoulder, R\_hip



### L\_shoulder, L\_elbow, L\_wrist

מדדים	ערכים
מינימום	18.31
מקסימום	179.88
ממוצע	93.77
סטיית תקן	49.73

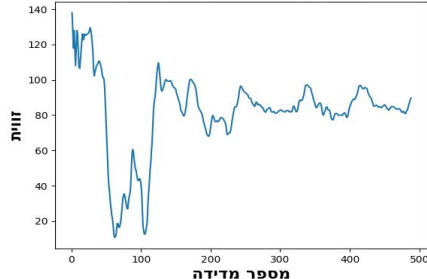
L\_shoulder, L\_elbow, L\_wrist



### L\_elbow, L\_shoulder, L\_hip

מדדים	ערכים
מינימום	10.70
מקסימום	137.98
ממוצע	81.76
סטיית תקן	22.97

L\_elbow, L\_shoulder, L\_hip



שם התרגיל: הרמת גומייה      אביזר: גומיית התנגדות      מספר חזרות מוצלחות: 2

**R\_hip, R\_shoulder, R\_elbow**

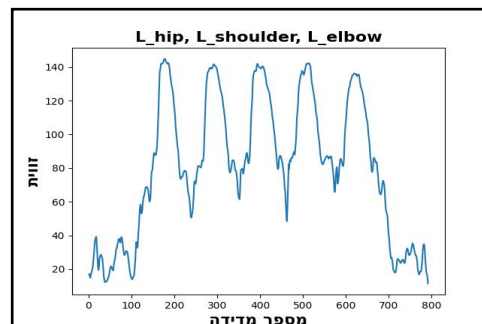
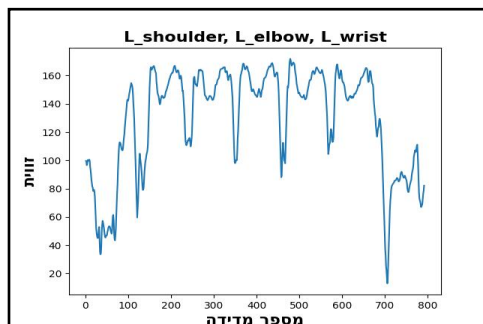
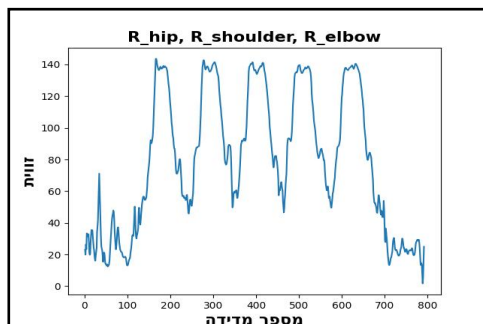
מדידים	ערכים
מינימום	1.73
מקסימום	143.61
ממוצע	78.76
סטיית תקן	43.47

**L\_shoulder, L\_elbow, L\_wrist**

מדידים	ערכים
מינימום	12.93
מקסימום	171.85
ממוצע	128.94
סטיית תקן	37.26

**L\_hip, L\_shoulder, L\_elbow**

מדידים	ערכים
מינימום	11.44
מקסימום	144.91
ממוצע	80.48
סטיית תקן	41.02



**R\_elbow, R\_shoulder, L\_shoulder**

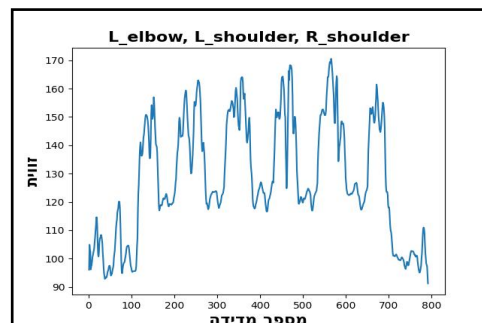
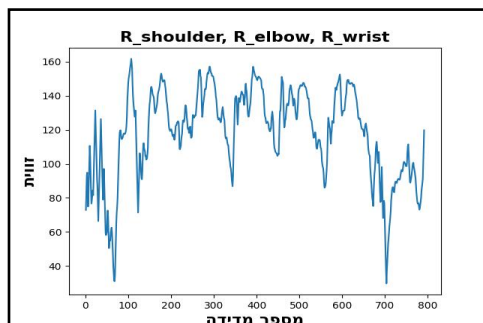
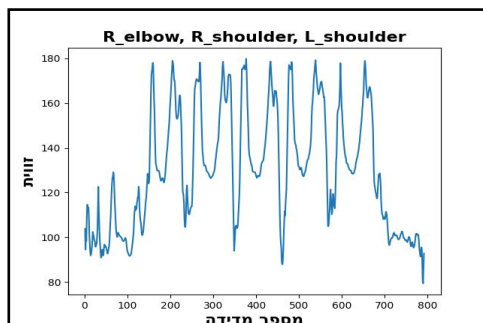
מדידים	ערכים
מינימום	79.32
מקסימום	179.85
ממוצע	130.24
סטיית תקן	26.53

**R\_shoulder, R\_elbow, R\_wrist**

מדידים	ערכים
מינימום	29.73
מקסימום	161.72
ממוצע	117.89
סטיית תקן	26.36

**L\_elbow, L\_shoulder, R\_shoulder**

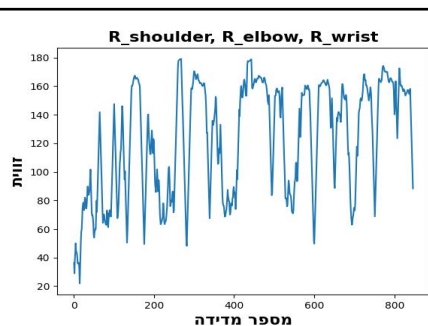
מדידים	ערכים
מינימום	91.24
מקסימום	170.56
ממוצע	128.32
סטיית תקן	20.88



שם התרגיל: יישור מרפקים מעלה      אביזר: מקל/ בר      מספר חזרות מוצלחות: 5

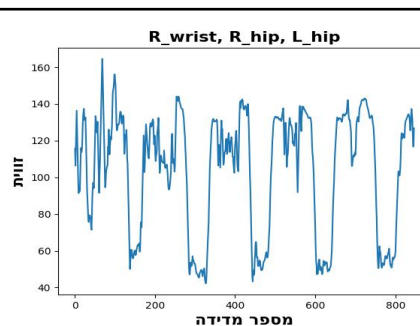
### R\_shoulder, R\_elbow, R\_wrist

מדידים	ערכים
מינימום	21.91
מקסימום	179.21
ממוצע	122.17
סטיית תקן	38.73



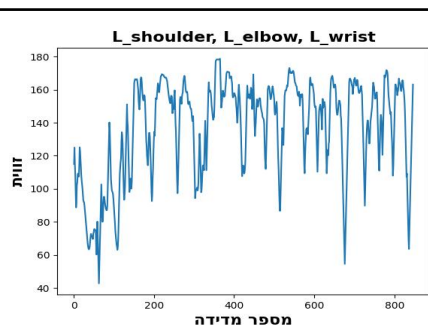
### R\_wrist, R\_hip, L\_hip

מדידים	ערכים
מינימום	42.22
מקסימום	164.59
ממוצע	103.80
סטיית תקן	32.45



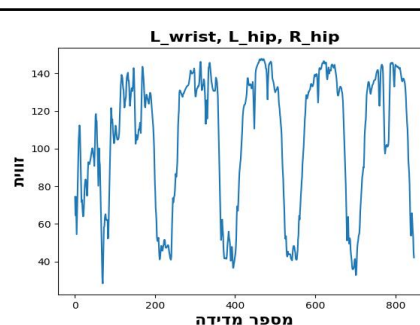
### L\_shoulder, L\_elbow, L\_wrist

מדידים	ערכים
מינימום	42.70
מקסימום	178.70
ממוצע	136.64
סטיית תקן	29.48



### L\_wrist, L\_hip, R\_hip

מדידים	ערכים
מינימום	28.36
מקסימום	147.79
ממוצע	105.50
סטיית תקן	36.04



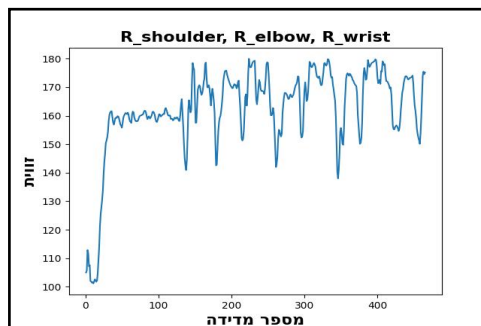
מספר חזרות מוצלחות: 5

אביזר: משקולות

שם התרגיל: ABD כתף

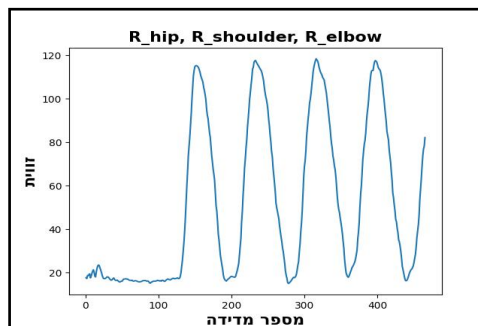
### R\_shoulder, R\_elbow, R\_wrist

מדדים	ערכים
מינימום	101.16
מקסימום	179.96
ממוצע	162.26
סטיית תקן	15.26



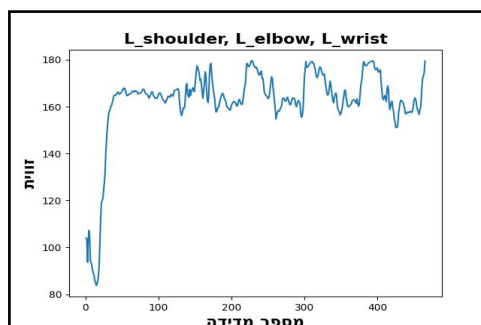
### R\_hip, R\_shoulder, R\_elbow

מדדים	ערכים
מינימום	15.07
מקסימום	118.46
ממוצע	51.29
סטיית תקן	37.17



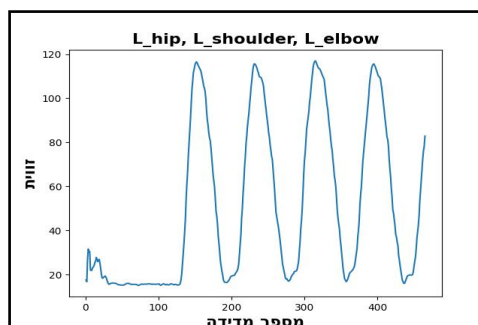
### L\_shoulder, L\_elbow, L\_wrist

מדדים	ערכים
מינימום	83.77
מקסימום	179.56
ממוצע	162.09
סטיית תקן	16.87



### L\_hip, L\_shoulder, L\_elbow

מדדים	ערכים
מינימום	15.03
מקסימום	117.01
ממוצע	50.29
סטיית תקן	36.82

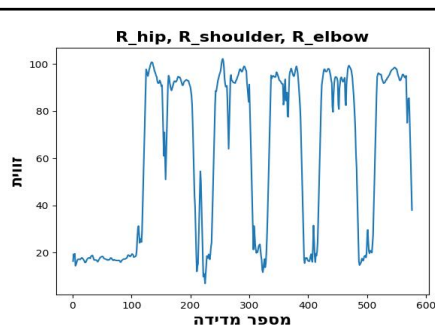




שם התרגיל: העברת משקולת מיד ליד (HOR ABD)      אביזר: משקולות      מספר חזרות מוצלחות:

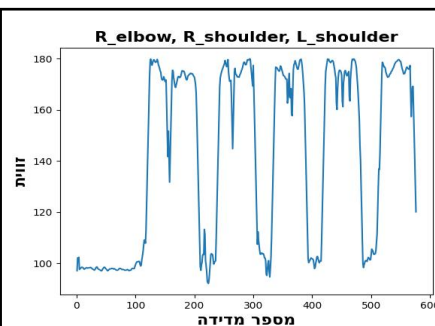
**R\_hip, R\_shoulder, R\_elbow**

מדדים	ערכים
מינימום	6.87
מקסימום	102.16
ממוצע	61.00
סטיית תקן	35.26



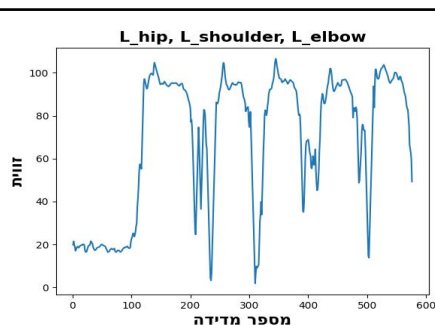
**R\_elbow, R\_shoulder, L\_shoulder**

מדדים	ערכים
מינימום	92.10
מקסימום	179.98
ממוצע	142.08
סטיית תקן	35.19



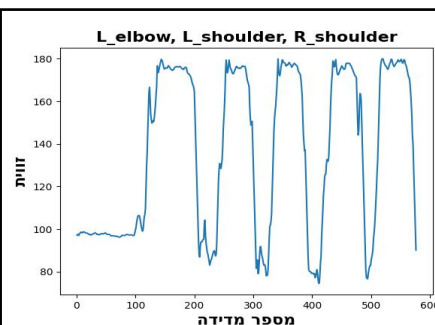
**L\_hip, L\_shoulder, L\_elbow**

מדדים	ערכים
מינימום	1.84
מקסימום	106.52
ממוצע	68.98
סטיית תקן	31.93



**L\_elbow, L\_shoulder, R\_shoulder**

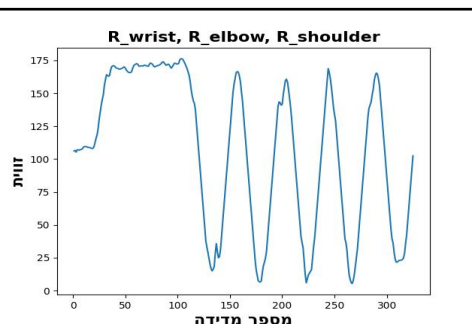
מדדים	ערכים
מינימום	74.48
מקסימום	179.97
ממוצע	136.69
סטיית תקן	38.25



שם התרגיל: (כיפוף ימין) קואורדינציית מרפק וכתף      אביזר: ללא אביזר      מספר חזרות מוצלחות: מספר חזרות מוצלחות:

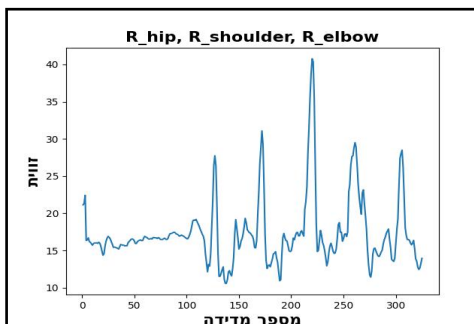
### R\_wrist, R\_elbow, R\_shoulder

מדידים	ערכים
מינימום	5.47
מקסימום	176.32
ממוצע	107.29
סטיית תקן	56.84



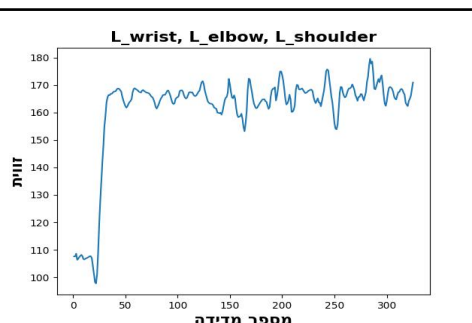
### R\_hip, R\_shoulder, R\_elbow

מדידים	ערכים
מינימום	10.57
מקסימום	40.77
ממוצע	17.36
סטיית תקן	4.55



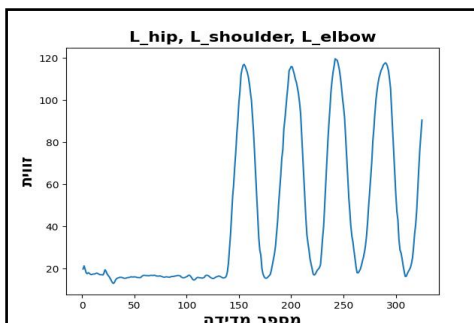
### L\_wrist, L\_elbow, L\_shoulder

מדידים	ערכים
מינימום	97.76
מקסימום	179.55
ממוצע	161.13
סטיית תקן	16.58



### L\_hip, L\_shoulder, L\_elbow

מדידים	ערכים
מינימום	13.02
מקסימום	119.70
ממוצע	43.85
סטיית תקן	36.61



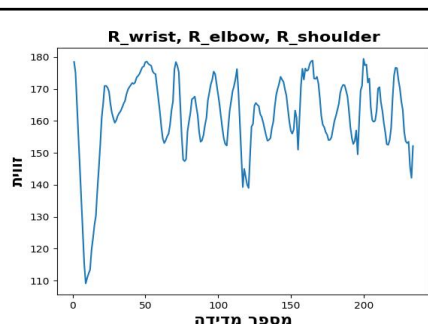
מספר חזרות מוצלח

אביזר: ללא אביזר

שם התרגיל: (כיפוף שמאל) קואורדינציית מרפק וכתף

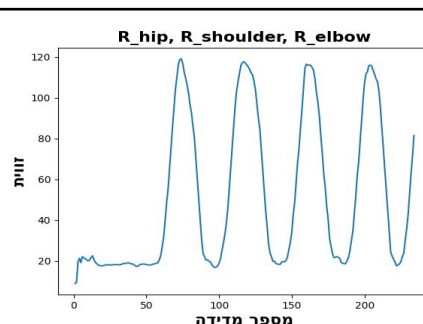
### R\_wrist, R\_elbow, R\_shoulder

מדידים	ערכים
מינימום	109.08
מקסימום	179.46
ממוצע	161.69
סטיית תקן	13.08



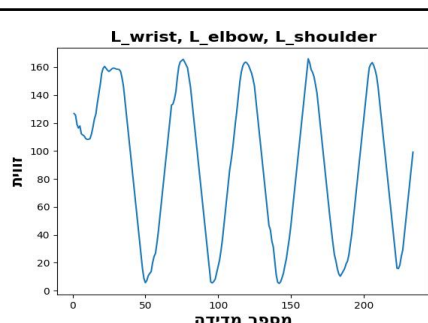
### R\_hip, R\_shoulder, R\_elbow

מדידים	ערכים
מינימום	9.02
מקסימום	119.15
ממוצע	51.16
סטיית תקן	37.26



### L\_wrist, L\_elbow, L\_shoulder

מדידים	ערכים
מינימום	5.17
מקסימום	166.00
ממוצע	90.47
סטיית תקן	52.68



### L\_hip, L\_shoulder, L\_elbow

מדידים	ערכים
מינימום	13.78
מקסימום	40.27
ממוצע	22.19
סטיית תקן	5.94

