**01**

        



# Centro de Comercio y servicios.

|  |  |
| --- | --- |
| **NOMBRE** | RODNEY ZAPATA PALACIO |
| **# DE FICHA** | 2675810 |
| **DOCUMENTO IDENTIDAD** | 72.209.311 |
| **PESO** | 69 KG |
| **ALTURA** | 1.69 |
| **IMC = PESO/ESTATURA al cuadro** | 69/ 1.69 x 1.69 69/ 2.85 = 24.21 IMC |
| **ENVERGADURA** |  |
| **FCmax** | 220 – 48 Años = 172 PULSACIONES POR MINUTO |

**FICHA ANTROPOMÉTRICA**

# Perimetros Corporales

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Perimetro cefalico** |  | | |
| **Perimetro de cuello** |  | | |
| **Perimetro de hombros** |  | | |
| **Perimetro pecho** |  | | |
| **Perimetro de brazo** | Derecho relajado: Derecho en tensión: Izquierdo relajado: izquierdo en tensión: | | |
| **Perimetro abdominal** |  | | |
| **Perimetro Cadera** |  | | |
| **Perimetro muslo** | Derecho: Izquierdo: | | |
| **Perimetro pantorrilla** | Derecha: Izquierda: | | |
|  |  | | |
|  |  | | |
|  | **RESULTADO 1** | **RESULTADO** | **OBSERVACION** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| **TEST ABDOMINALES** | 24 REPETICIONES |  |  |
| **TEST SALTO HORIZONTAL** | 65 CM |  |  |
| **TEST DE BURPEE** | 18 REPETICIONES |  |  |
| **TEST FLEXION DEL TRONCO** | 0 |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

HERNAN BONILLA

Licenciado en Educación Física. Instructor de Cultura Fisica .