



ARTUR VIEIRA TOP TEAM

Av. Octavio Mangabeira, 815, loja 35

Pituba

SALVADOR

BA

71 9111-9214

Avaliação Física

Dados Cadastrais

Nome

BRUNO SOUZA FERREIRA

Data Nascimento

26/02/1985

Endereço**Telefone**

82216-0042

Nome do Avaliador

ARTUR VIEIRA

Data da avaliação

08/07/2013

Data Reavaliação

07/08/2013

Para fazer uma adequada e correta prescrição de um programa de treinamento e condicionamento físico, é necessário e imprescindível antes a realização da avaliação física.

Os objetivos da avaliação física são: avaliar, diagnosticar, sondar, mensurar, investigar, detectar tudo em relação às capacidades, compleições, aptidões físicas, biológicas, fisiológicas, doenças e saúde. São realizados diferentes testes e avaliações para investigar os indivíduos fisicamente, os mais comuns utilizados são:

A partir da avaliação física conseguimos identificar possíveis limitações, doenças e prioritariamente à condição e aptidão física atual do avaliado, além é claro da sua anatomia. Os testes avaliativos devem ser realizados periodicamente e sempre comparados ao anterior, para descobrir se ocorreram melhorias ou perdas, tanto no aspecto condicional como no físico.