

## **BILAN PERFORMANCE ATHLETE**

Nom et prénom : TRAVOLTA JOHN

**Date de naissance :** 06/09/1994

Sexe: M

Taille: 120cm

Poids: 20kg

Date du rapport : 20/07/2025

Date du test numero T1 : 20/07/2025

Cabinet Kinesithérapie SCP 9 bis - 9 bis Route de Launaguet, 31200 Toulouse scp9bis@gmail.com - 05 61 57 13 13

## Analyse mobilité articulaire

Amplitudes articulaires		Membre G	Membre D
	Flexion Plantaire (°)	75	52
Cheville	Flexion Dorsale - Test WBLT (cm)	25	88
	Flexion Dorsale (°)	90	316.8
Genou	Flexion (°)	84	23
Genou	Extension (°)	65	43
	Flexion (°)	53	51
	Extension (°)	27	42
	Abduction (°)	30	29
Hanche	Abduction (°)	17	18
	Rotation Interne (°)	15	49
	Rotation Externe (°)	44	20
	Bent Knee Fall Out - BKFO* (cm)	34	42

<sup>\*</sup> BKFO = distance entre la tête du peronné et le sol dans une position de flexion, abduction et rotation externe des hanches avec les deux voûtes plantaires collées ensembles proche des fesses, distance optimale inf. 17 cm

### **Analyse Posturale Statique**





analysean

#### **Analyse Posturale Dynamique**





#### **Analyse**

analyse anal

## Tests de force isométrique et ratios agonistes / antagonistes

Ratio Everseurs / Inverseurs	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Everseurs (N)	46	50	9%
FMax Inverseurs (N)	88	65	-26%
Ratio	0.52	0.77	

	Membre G	Membre D	Asymétrie
Fmax releveurs (N)	26	16	-38%
Fmax Soleaire (N)	41	11	-73%

Ratio Ischios-jambiers / Quadriceps	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Ischios (N)	22	16	-27%
FMax Quadriceps (N)	11	34	209%
Ratio	2.00	0.47	

Test Mc Call	Membre G	Membre D	Asymétrie
Force à 30°(N)	46	38	-17%
Force à 90°(N)	33	29	-12%

Ratio Adducteurs / Abducteurs	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Adducteurs (N)	29	39	34%
FMax Abducteurs (N)	50	32	-36%
Ratio	0.58	1.22	

	Membre G	Membre D	Asymétrie
Fmax Illio-Psoas	29	33	14%

# Tests de puissance

	Hauteur de saut (cm)	RFDMax membre G (N.s)	RFDMax membre D (N.s)	Asymétrie RFDMax
Test Squat Jump Bipodal	43	46	31	-33%

		Hauteur de saut (cm)	RSI Modifie	RFD Deceleration membre G (N.s-1)	RFD Deceleration membre D (N.s-1)	Asymétrie RFD Deceleration
Te	est CMJ Bipodal	47	9.40	64	54	-16%

Hauteur de saut (cm)	RSI	RFDMax membre G(N.s)	RFDMax membre D (N.s)	Asymétrie RFDMax
-------------------------	-----	----------------------	--------------------------	------------------

Test DropJump Bipodal	60	1. 37	58	63	9%
--------------------------	----	----------	----	----	----

Test CMJ Unipodal	Membre G	Membre D	Asymétrie
Hauteur de saut (cm)	48	53	10%

Test DropJump Unipodal	Membre G	Membre D	Asymétrie
Hauteur de saut (cm)	51	47	-8%

	Hauteur moyenne (cm)	RSI moyen	% R	epartitio	n des foi	rces
Test de Sauts				G	D	
Repetes 10-5	39	52		11%	49%	



Test Broad Jump T1
Distance saut (cm) 161

Title Insufficient	<179	< 129
routhest	180 - 209	130 - 160
Madisore	210 - 219	160 - 169
Moyers	220 - 229	170 - 179
	230 - 239	160 - 160
	240 - 254	190 - 209
	> 256	>210

Hop Test	Membre G	Membre D	Asymétrie
Distance saut (cm)	69	75	9%

### **Tests de Force Maximale**

Exercice	3-5 RM	1 RM (théorique)	Poids (kg)
Back Squat (kg)	37	36	
Deadlift (kg)	26	57	20
Hip Thrust (kg)	50	71	

### **Tests fonctionnels**

Triple Hop Test	Membre G	Membre D	Asymétrie
Distance totale sauts (cm)	103	66	-36%

Cross Over Hop Test	Membre G	Membre D	Asymétrie
Distance totale sauts (cm)	99	64	-35%

## **Tests Force / Vitesse**

Dynamic Strength Index (DSI)	Valeurs mesurées
Fmax CMJ (N)	23
Fmax Triage Isométrique (N)	47
DSI	64

DSI

 Profil F-V
 Valeurs mesurées

 Fo (N)
 64

 Vo (m/s)
 41

 Pmax (W)
 32

 Asymétrie (%)
 13

PROFIL Force V Vertical

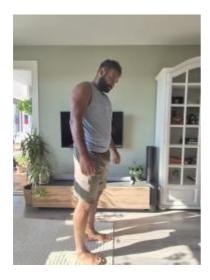
## **Profil F/V Horizontal**

Courbe FVH

Courbe 2 FVH

Normes FVH

### **Analyse Gestuelle Sprint**



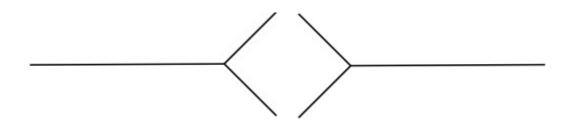
#### **Analyse**

analysean

Pro Agility 5-10-5 (s) 64

Illinois Agility Test (s) 59

### **Analyse Gestuelle**



#### **Analyse**

analyse anal

#### Interprétation du kinésithérapeute :

analyse anal

#### Axes à améliorer :

- Renforcement du triceps sural
- Renforcement excentrique quadriceps