

### **BILAN PERFORMANCE COMBAT**

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

Amplitudes articulaires		Membre G	Membre D
	Flexion Plantaire (°)	7	10
Cheville	Extension (°)	6	28
	Abduction (°)	21.6	100.8
Genou	Flexion (°)	5	68
Genou	Extension (°)	38	48
	Flexion (°)	34	49
	Extension (°)	8	69
	Abduction (°)	51	50
Hanche	Abduction (°)	17	43
	Rotation Interne (°)	51	53
	Rotation Externe (°)	35	62
	Bent Knee Fall Out - BKFO* (cm)	25	17
	Elevation antérieure (°)	30	35
	Elevation latérale (°)	20	32
	Extension (°)	5	31
Fraula	Adduction Horizontale (°)	34	26
Epaule	Rotation Interne R1 (°)	Т6	Т9
	Rotation Externe R1 (°)	43	36
	Rotation Interne R2 (°)	29	34
	Rotation Externe R2 (°)	9	38
Rachis	Rachidisii	is	

<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

## Tests et ratios de force isométrique

Ratio RE/RI (R2)	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Rotateurs Externes (N)	35	44	26%
FMax Rotateurs Internes (N)	41	43	5%

Ratio

0.65
------

Ratio Ischios-jambiers / Quadriceps	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Ischios (N)	37	15	-59%
FMax Quadriceps (N)	41	56	37%
Ratio	0.90	0.27	

Ratio Adducteurs / Abducteurs	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Adducteurs (N)	11	37	236%
FMax Abducteurs (N)	34	31	-9%
Ratio	0.32	1.19	

# Tests de puissance (Plateforme de force)

	Hauteur de saut (cm)	RFDMax membre G (N.s)	RFDMax membre D (N.s)	Asymétrie RFDMax
Test Squat Jump Bipodal	46	72	37	-49%

	Hauteur de saut (cm)	RSI Modifie	RFD Deceleration membre G (N.s-1)	RFD Deceleration membre D (N.s-1)	Asymétrie RFD Deceleration
Test CMJ Bipodal	57	4.71	27	60	122%

Test CMJ Unipodal	Membre G	Membre D	Asymétrie
Hauteur de saut (cm)	40	50	25%

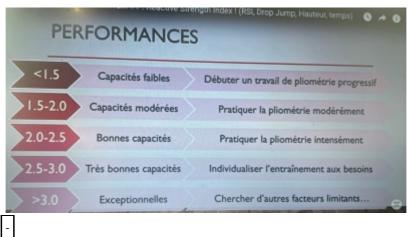
Test Broad Jump T1
Distance saut (cm) 34

Title Insufficient	<179	< 129
Insufficent	180 - 208	130 - 160
Madisora	210 - 219	160 - 169
Moyers	220 - 229	170 - 179
	230 - 230	180 - 189
	240 - 254	190 - 209
	> 255	>210

Hop Test	Membre G	Membre D	Asymétrie
Distance saut (cm)	40	83	108%

### **Tests Force / Vitesse**

Profil F-V	Valeurs mesurées
F <sub>o</sub> (N)	36
V <sub>0</sub> (m/s)	61
Pmax (W)	53
Asymétrie (%)	42



Pro Agility 5-10-5 (s)

Illinois Agility Test (s)

#### **Tests Force Maximale**

Exercice 1 RM ((kg) Ratio

Bench Press	52	2.60
Tirage Planche	52	2.60
Back Sqauat	44	2.20
Deadlift	59	2.95
Clean & Jerk	37	1.85