

BILAN PERFORMANCE COMBAT

Nom et prénom : TRAVOLTA JOHN

Date de naissance : 06/09/1994

Sexe: M

Taille: 120cm

Poids: 20kg

Date du rapport : 21/07/2025

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 (°)	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
Epaule	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	Rachidisiiis		

^{*} 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

Analyse Posturale Dynamique Membre Inferieur

Analyse Posturale Dynamique Membre Superieur

Tests de force isométrique et ratios agonistes / antagonistes

Test Grip Membre G		Membre D	Asymétrie
FMax (N)	24	43	79%

Ratio RE/RI (R2)	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Rotateurs Externes (N)	35	44	26%
FMax Rotateurs Internes (N)	41	43	5%
Ratio	0.85	1.02	

Test IYT (ASH Test)	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax I (180°) (N)	11	44	300%
FMax Y (135°) (N)	39	35	-10%
FMax T (90°) (N)	15	42	180%

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

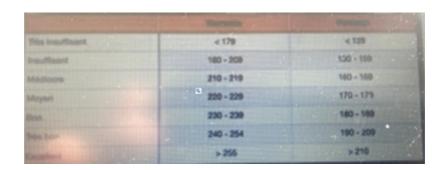
Hauteur de saut (cm)	RFDMax membre G (N.s)	RFDMax membre D (N.s)	Asymétrie RFDMax
----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------

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



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

Medball Throw Test (cm) 40

Medball Throw

Tests Force / Vitesse

Dynamic Strength Index (DSI) Valeurs mesurées

Fmax CMJ (N)	78
Fmax Triage Isométrique (N)	26
DSI	14



Profil Force / Vitesse Vertical	Valeurs mesurées
F _o (N)	36
V _o (m/s)	61
Pmax (W)	53
Asymétrie (%)	42

PROFIL Force V Vertical

Tests de Force Maximale

Exercice	1 RM (kg)	Ratio 1RM/Poids
Bench Press	52	2.60
Tirage Planche	52	2.60
Back Squat	44	2.20
Deadlift	59	2.95
Clean & Jerk	37	1.85
Snatch	46	Analyse Gestuelle