

BILAN PERFORMANCE ATHLETE

Nom et prénom : TRAVOLTA JOHN

Date de naissance : 06/09/1994

Sexe: M

Taille: 120cm

Poids: 20kg

Date du rapport : 03/08/2025

Date du test numero T1: 03/08/2025

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 (°)	88	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	
Rachis	1510			

^{*} 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

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
Test 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)	32	47	47%

	Hauteur moyenne (cm)	RSI moyen	% Repartition des forces		ces	
Test de Sauts				G	D	
Repetes 10-5	39	52		11%	49%	



Test Broad Jump T1
Distance saut (cm) 159

Title Insufficient	<179	< 129
Insufficient	180 - 209	100 - 160
Middoore	210 - 219	160 - 169
Moyen	220 - 229	170 - 179
Don't live to the	230 - 239	180 - 189
	240 - 254	190 - 209
	> 255	>210

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

Tests de Force Maximale

Exercice	1 RM (kg)	3 RM (kg)	5 RM (kg)	Ratio 1RM/Poids
Back Squat (kg)	107	79	67	5.35
Deadlift (kg)	132	74	30	6.60
Hip Thrust (kg)	124	95	45	6.20

Tests fonctionnels

Nordic Curl Test	
Distance de freinage (cm)	23
Contrôle excentrique insuffisant, risq	ue accru de blessure lors d'un sprint.

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



Profil Force / Vitesse Vertical	Valeurs mesurées
F _o (N)	64

V ₀ (m/s)	41
Pmax (W)	32
Asymétrie (%)	13

PROFIL Force V Vertical



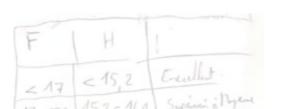
Profil F/V Horizontal

Normes FVH

Analyse Gestuelle Sprint

Tests de vitesse multidirectionnelle

Pro agility 5-10-5 (s)	64
Illinois agility Test (s)	59



23	18-217	18,2-18,1	Faille
(2) 10) Ino Cit	218-23	3 19.3	Tais Prill

H		_/
345	Bo	h
5-5	10	YEN
>5	F	TIBLE
	5-5	5-5 Mo

Analyse Gestuelle