

#### **BILAN PERFORMANCE COURSE A PIED**

Nom et prénom : TRAVOLTA JOHN

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

Sexe: M

Taille: 120cm

Poids: 20kg

Date du rapport : 24/07/2025

Date du test numero T1 : 24/07/2025

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 (°)	17	38
Cheville	Flexion Dorsale - Test WBLT (cm)	12	44
	Flexion Dorsale (°)	43.2	158.4
Genou	Flexion (°)	45	62
Genou	Extension (°)		70
	Flexion (°)	62	40
	Extension (°)	67	34
	Abduction (°)	27	10
Hanche	Abduction (°)	28	28
	Rotation Interne (°)	42	32
	Rotation Externe (°)	34	34
	Bent Knee Fall Out - BKFO* (cm)	11	15

<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**



**Analyse Posturale Dynamique** 

# Tests de force isométrique et ratios agonistes / antagonistes

Ratio Everseurs / Inverseurs	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Everseurs (N)	6565	565	-91%
FMax Inverseurs (N)	6565	56565	762%
Ratio	1.00	0.01	

	Membre G	Membre D	Asymétrie
Fmax releveurs (N)	6565	5656	-14%
Fmax Soleaire (N)	6565	6565	0%

Ratio Ischios-jambiers / Quadriceps	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Ischios (N)	39	38	-3%
FMax Quadriceps (N)	19	37	95%
Ratio	2.05	1.03	

Test Mc Call	Membre G	Membre D	Asymétrie
Force à 30°(N)	56	56	0%
Force à 90°(N)	6	4	-33%

Ratio Adducteurs / Abducteurs	Membre G	Membre D	Asymétrie
FMax Adducteurs (N)	56	59	5%
FMax Abducteurs (N)	48	44	-8%
Ratio	1.17	1.34	

	Membre G	Membre D	Asymétrie
Fmax Illio-Psoas	566	56	-90%

## Tests de puissance

	Hauteur de saut (cm)	RFDMax membre G (N.s)	RFDMax membre D (N.s)	Asymétrie RFDMax
Test Squat Jump Bipodal	68	38	33	-13%

	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	21	5.83	31	40	29%

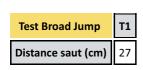
	Hauteur de saut (cm)	RSI	RFDMax membre G(N.s)	RFDMax membre D (N.s)	Asymétrie RFDMax
Test DropJump Bipodal	52	2. 36	30	35	17%

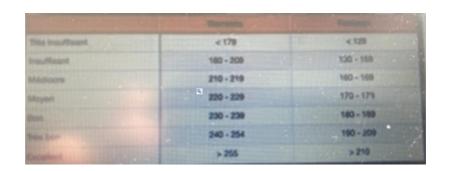
Test CMJ Unipodal	Membre G	Membre D	Asymétrie
Hauteur de saut (cm)	45	35	-22%

Test DropJump Unipodal	Membre G	Membre D	Asymétrie
Hauteur de saut (cm)	9	28	211%

	Hauteur moyenne (cm)	RSI moyen	% Repartition des forces			
Test de Sauts Repetes 10-5				G	D	
	21	35		33%	28%	







Hop Test	Membre G Membre D		Asymétrie	
Distance saut (cm)	39	48	23%	

#### **Test de Force Maximale**



Tableau Score Basck Squat

### **Tests fonctionnels**

Triple Hop Test	Membre G	Membre D	Asymétrie
Distance totale sauts (cm)	78	778	897%

Cross Over Hop Test	Membre G	Membre D	Asymétrie	
Distance totale sauts (cm)	777	877	13%	

Heel Rise Test	Membre G	Membre D	Asymétrie
Nombre de			
	67	865	
répétitions maximales			1191%

#### Valeurs normatives au Heel Rise Test

Age (années)	Hom	omme Fem		me	
	Côté gauche	Côté droit	Côté gauche	Côté droit	
20	37	38	30	31	
30	33	33	27	28	
40	28	29	24	25	
50	24	24	21	23	
60	19	20	19	20	
70	14	15	16	17	
80	10	10	13	15	

Remarques

Valeurs estimées chez des personnes d'IMC de 24,2kg/m²

## **Analyse Gestuelle Course a Pied**