



Aqui vai a sua logo

Rodolfo Silva

AVALIAÇÃO FÍSICA

DATA AVALIAÇÃO: 11/05/2025

INFORMAÇÕES

GÊNERO: MASCULINO

IDADE: 29 Anos

ALTURA: 1,78 m

PESO: 87 Kg

PERIMETRIA

OMBRO: 121 cm
TÓRAX / BUSTO RELAXADO: 106 cm
BRAÇO RELAXADO ESQUERDO: 35 cm
BRAÇO CONTRAÍDO ESQUERDO: 39,5 cm
BRAÇO RELAXADO DIREITO: 35,5 cm
BRAÇO CONTRAÍDO DIREITO: 40 cm
ANTEBRAÇO ESQUERDO: 30 cm
ANTEBRAÇO DIREITO: 31 cm

CINTURA: 94 cm
CIRCUNFERÊNCIA ABDOMINAL: 98 cm
QUADRIL: 105 cm
COXA MÉDIA DIREITA: 60 cm
COXA MÉDIA ESQUERDA: 59,5 cm
PANTURILHA ESQUERDA: 39,5 cm
PANTURILHA DIREITA: 40 cm

DIÂMETROS ÓSSEOS

DIÂMETRO DO PUNHO: 17,5 cm

DIÂMETRO DO JOELHO: 10,5 cm

DOBRAS CUTÂNEAS (JACKSON & POLLOCK – 7 DOBRAS)

PEITORAL: 20 mm
TRÍCEPS: 24 mm
AXILAR MÉDIA: 26 mm
SUBESCAPULAR: 27 mm

ABDOMINAL: 30 mm
SUPRA-ILÍACA: 28 mm
COXA MÉDIA: 30 mm

COMPOSIÇÃO CORPORAL

PESO DE GORDURA: 21,8 Kg (25,1%)

PESO MUSCULAR: 15,8 Kg (18,2%)

PESO ÓSSEO: 28,4 Kg (32,6%)

PESO RESIDUAL: 21 Kg (24,1%)

