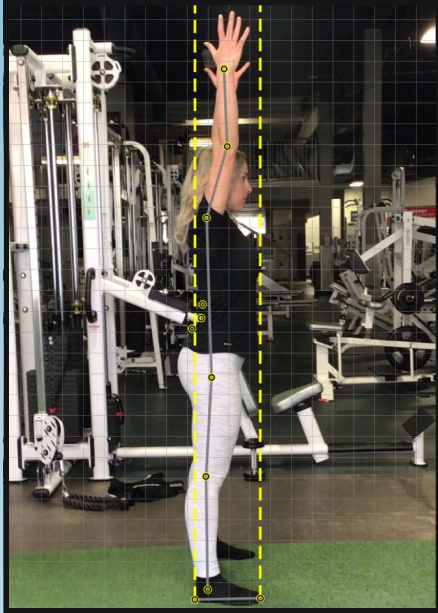


SquatScreen - Latéral pour Tatiana Garneau réalisé le 2020-04-28

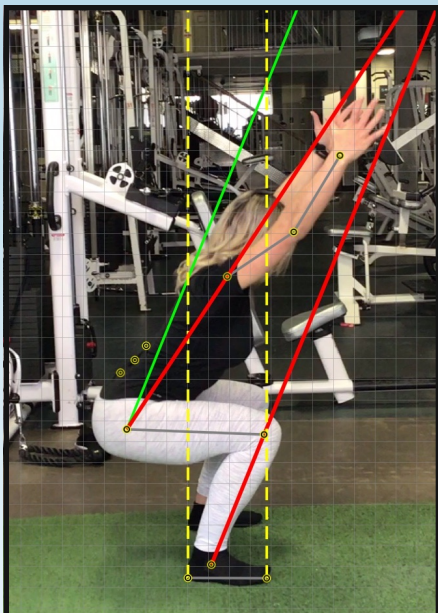


Résultats de la position de début

Angle du coude de 161,7°
Poignet/Épaule par rapport à la verticale : 6,69° en avant
Différence Épaule/Hanche/Genou/Cheville : 1,8°
Bas du dos étendu/courbé
Genou/Cheville par rapport à la verticale : 0°
Déplacement du pied par rapport au sol : négligeable

Finding	Muscles potentiellement suractifs	Muscles potentiellement inactifs	Possible Injuries
Fléchissement excessif vers l'avant	Soleus Gastroc Hip Flexor Group Piriformis	Tibialis Anterior Glute Max Core Stabilizers	Hamstring, Quad, Groin Strain, Low back Pain Risk
Le bas du dos est courbé	Hip Flexor Complex Erector Spinae Latissimus Dorsi	Gluteus Maximus Hamstrings Intrinsic Core Stabilizers	Lumbar Pain Lumbar Facet Joint Irritation Risk

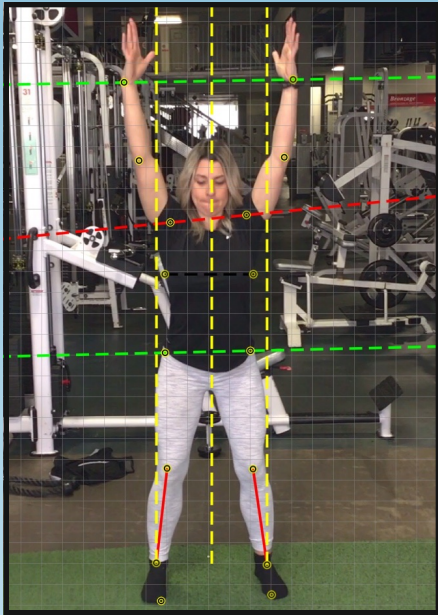
Adapted from: Clark, Micheal, and Scott Lucett. "Movement Assessments." NASM Essentials of Corrective Exercise Training. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins, 2011. 108-120.



Résultats de la position de fin

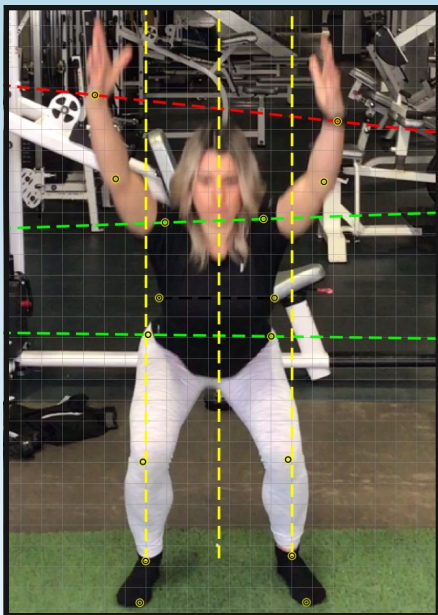
Angle du coude de 155,0°
Poignet/Épaule par rapport à la verticale : 42,93° en avant
Différence Épaule/Hanche/Genou/Cheville : -11,3°
Torse fléchi par rapport au plan du tibia
Bas du dos étendu/courbé
Hanche au-dessus de la parallèle de 2,2°
Genou/Cheville par rapport à la verticale : 22,05° en arrière
Déplacement du pied par rapport au sol : négligeable

SquatScreen - Antérieur pour Tatiana Garneau réalisé le 2020-04-28



Résultats de la position de début

- Les poignets sont horizontaux
- Les épaules sont élevées de 5,6° sur la gauche
- Les hanches sont horizontales
- Angle du coude droit de 164,0°
- Angle du coude gauche de 153,2°.
- Déplacement de la hanche de 1,1° à droite
- Le genou droit a bougé vers l'intérieur
- Le genou gauche a bougé vers l'intérieur



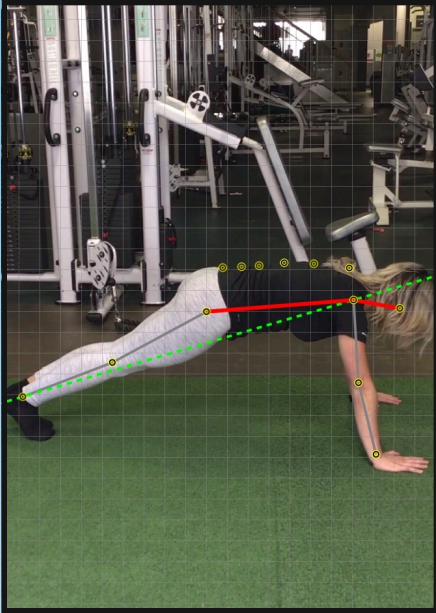
Résultats de la position de fin

- Les poignets sont élevés sur la droite de 6,2°
- Les épaules sont horizontales
- Les hanches sont horizontales
- Angle du coude droit de 145,5°
- Angle du coude gauche de 134,4°.
- Déplacement de la hanche de 2,3° à droite
- Le pied droit s'est déplacé vers l'extérieur
- Le pied gauche s'est déplacé vers l'extérieur

Finding	Muscles potentiellement suractifs	Muscles potentiellement inactifs	Possible Injuries
Le pied droit se déplace vers l'extérieur	Soleus Lat Gastrocnemius Biceps Femoris Piriformis Tensor Fascia Latae	Medial Gastrocnemius Medial Hamstring Gluteus Medius/ Maximus Gracilis Popliteus Sartorius	Plantar Fasciitis Achilles tendinopathy Medial Tibial Stress Syndrome Ankle Sprains Patellar Tedinopathy
Le pied gauche se déplace vers l'extérieur	Soleus Lat Gastrocnemius Biceps Femoris Piriformis Tensor Fascia Latae	Medial Gastrocnemius Medial Hamstring Gluteus Medius/ Maximus Gracilis Popliteus Sartorius	Plantar Fasciitis Achilles tendinopathy Medial Tibial Stress Syndrome Ankle Sprains Patellar Tedinopathy

Adapted from: Clark, Micheal, and Scott Lucett. "Movement Assessments." NASM Essentials of Corrective Exercise Training. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins, 2011. 108-120.

Push-Up Screen pour Tatiana Garneau réalisé le 2020-04-28



Résultats de la position de début

Ankle/Knee dans les limites normales

Knee/Hip est élevé(e) de 15,2°

Hip/Shoulder dans les limites normales

Neck est abaissé(e) de 14,9°

Finding

Décollement scapulaire

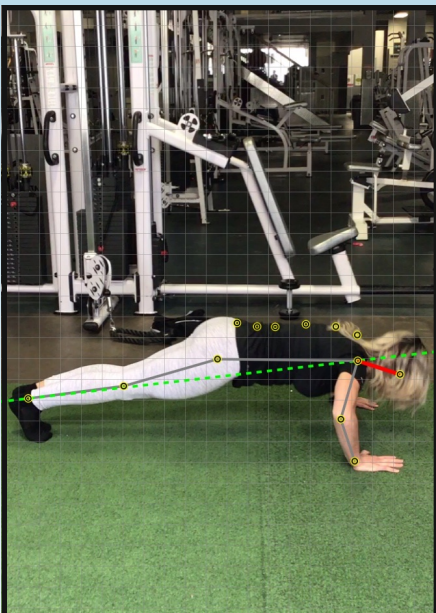
Muscles potentiellement suractifs

Pectoralis Minor

Muscles potentiellement inactifs

Serratus Anterior
Mid and Lower Trapezius

Adapted from: Clark, Micheal, and Scott Lucett. "Movement Assessments." NASM Essentials of Corrective Exercise Training. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins, 2011. 108-120.



Résultats de la position de fin

Ankle/Knee dans les limites normales

Knee/Hip est élevé(e) de 12,3°

Hip/Shoulder dans les limites normales

Neck est abaissé(e) de 17,9°

L'épaule est supérieure de 1,7° degrés au poignet