

RČ XX-000	Jméno:		Příjmení		Datum narození:		Datum testování:				
kontakt email / fon		výška (cm):		váha (kg):		pohlaví: ♀ ♂		tester:			
délka HK (cm):		délka DK (cm):		dom. HK: dx sin		dom. DK: dx sin		trauma/operace: ano ne			
klinický status/nález:							datum trauma/operace:				
med. diagnóza: 3br			trvání poslední epizody:			bez bolesti od:					
úroveň/ level aktivit před epizodou:		cíl levelu:		MDT klasifikace:			zahájení terapie:				
LEVEL 1		LEVEL 2		LEVEL 3			LEVEL 4				
Troufnete si provést následující testy? ANO ☐ NE ☐		Troufnete si provést následující testy? ANO ☐ NE ☐		Troufnete si provést následující testy? ANO ☐ NE ☐			Troufnete si provést následující testy? ANO ☐ NE ☐				
A Opakovaná extenze vstoje (15 opak)		A Zátěžová zkouška dosahu >80kg -> 4kg / 70-80kg ->3kg / <70kg -> 2kg		A Flekčně rotační test (30sek)			A Plyometrie kliků testování (15sek)				
P ☐ NZ ☐ BE ☐ Z ☐ PF ☐ neprovede ☐		Vzdálenost / /		dotek (stěny + podlahy)			dotek				
chyby (<25% doteků)		chyby (<25% doteků)		chyby (<25% doteků)			chyby (<25% doteků)				
Test splnil ☐ ano ☐ ne ☐		Test splnil ☐ ano ☐ ne ☐		Test splnil ☐ ano ☐ ne ☐			Test splnil ☐ ano ☐ ne ☐				
B Prkno na břicho		B Skok do dálky z čáry		B Plank na boku			B Skoky ve čtverci(30sek)				
Anteriorní Linie dx sin sek		Skok dx / /		Laterální Linie dx sin sek			kontakty dx				
Cílem je 40 sekund. Minimální čas pro úspěšné absolvování testu je 20 sekund. Test je neúspěšný, pokud je rozdíl mezi stranami větší než 5 sekund.		Skok sin / /		Cílem je 40 sekund. Minimální čas pro úspěšné absolvování testu je 20 sekund. Test je neúspěšný, pokud je rozdíl mezi stranami větší než 5 sekund.			chyby dx				
		LSI _____ = %					kontakty sin				
							chyby sin				
							chyby > 25% kontakt.doskoků: selhání				
							LSI _____ = %				
Level splnil	☐	nesplnil	☐	Level splnil	☐	nesplnil	☐	Level splnil	☐	nesplnil	☐