

FICHA INDIVIDUAL CULTURA FÍSICA**DATOS INFORMATIVOS**

NOMBRES	ALEJANDRO DAVID		
APELLIDOS	RIVADENEIRA GARCIA		
TELÉFONO	984584182		
CELULAR	998956325		
FECHA DE NACIMIENTO	1/15/1990		
SEXO	M		
A QUIEN AVISAR EN CASO DE EMERGENCIA			
REFERENCIAS DEPOTIVAS			
HABILIDADES	SALTAR, LANZAR, CORRER, TROTAR, NADAR.		
DEPORTES QUE PRÁCTICA	FÚTBOL, BALONCESTO, NATACIÓN		
ACTIVIDAD FÍSICA DE PREFERENCIA	NADAR		
CONDICIÓN CORPORAL Y FÍSICA			
FECHAS	INICIO SEMESTRE	MEDIO SEMESTRE	FIN SEMESTRE
TALLA	1,75M		
PESO	73KG		
LPM AL DESPERTAR	50		
LPM 100%	190		
IMC	23.83		
%GC	19.29		
TEST DE BRAZOS	30		
TEST DE ABDÓMEN	40		
TEST DE PIERNAS	43		
LPM 10 SEGUNDOS LUEGO DE EJERCICIOS	cansado al terminar la rutina y al siguiente día LPM 120		
DOCENTE	ALEJANDRO RIVADENEIRA		

