



## PLANILLA DE EVALUACIÓN DE MULTISALTOS

Registro de saltos repetidos para el análisis del rendimiento neuromuscular.

APELLIDO Y NOMBRE:

FECHA:

DEPORTE / ACTIVIDAD:

PESO CORPORAL (kg):

EVALUADOR:

DURACIÓN DEL TEST: ☐ 15 s ☐ 30 s ☐ 60 s ☐ Otro: \_\_\_\_\_

SUPERFICIE:

OBSERVACIONES PREVIAS:

| Intervalo / serie | Nº saltos | Altura media (cm) | Tiempo de vuelo | Tiempo de contacto | Potencia | Observaciones |
|-------------------|-----------|-------------------|-----------------|--------------------|----------|---------------|
|                   |           |                   |                 |                    |          |               |
|                   |           |                   |                 |                    |          |               |
|                   |           |                   |                 |                    |          |               |
|                   |           |                   |                 |                    |          |               |
|                   |           |                   |                 |                    |          |               |
|                   |           |                   |                 |                    |          |               |
|                   |           |                   |                 |                    |          |               |

### RESUMEN

Nº total de saltos:

Altura máxima (cm):

Altura media (cm):

Potencia media (W):

Disminución de rendimiento (%):

Observaciones técnicas: