Timed Up and Go (TUG)

- Cronometraggio in secondi (s)

Interpretazione

- > 13,5 s = mobilità limitata con rischio di caduta più alto
- Miglioramento o peggioramento della mobilità a seconda del decorso tra i singoli cronometraggi.

Cognome	**Nome**	**Data 1° cronometraggio:**	**Data 2° cronometraggio:**	**Data 3° cronometraggio:**	**Data 4° cronometraggio:**

Forza nelle gambe (5x sit to stand test, detto anche chair stand test)

- Cronometraggio in s

Interpretazione

- > 12 s = poca forza nelle gambe e di conseguenza elevato rischio di caduta
- Miglioramento o peggioramento della forza nelle gambe a seconda del decorso tra i singoli cronometraggi.

Cognome	**Nome**	**Data 1° cronometraggio:**	**Data 2° cronometraggio:**	**Data 3° cronometraggio:**	**Data 4° cronometraggio:**