

BWS Aufrichtung

Abmessen: Patient setzt sich auf einen Stuhl oder aufs Bett und macht einen runden Rücken. Tape abmessen von Kreuz bis zur Schulter.

Anlegen: Beide Tape unten im Kreuz in neutraler Position (Pat. sitzt mit aufrechtem Oberkörper) gut fixieren. Patient beugt sich wieder nach vorne und Tape wird ohne Zug bis zu den Schultern angelegt.



Abmessen: Arm hochheben, von Wirbelsäule bis zum oberen Drittel Oberarm

Anlegen: Bei der Wirbelsäule in neutraler Position (Arm unten, gerader Rücken) anlegen. Arm heben und Tape mit 50% Zug spannen und am oberen Drittel vom Oberarm kleben. Tape mit Zug noch nicht anreiben. Arm langsam runter und Tape dann in neutraler Position anreiben. Beidseitig durchführen.



FERTIG! 😊



Scan mich!
Online Video Anleitung

