

## BWS-Aufrichtung

**Abmessen:** Patient setzt sich auf einen Stuhl oder aufs Bett und macht einen runden Rücken. Tape abmessen von Ascendens (unter BH Höhe/mittlerer Rücken) bis zur Schulter.

**Anlegen:** Beide Tapes unten 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:** von links und rechts neben Wirbelsäule bis Humeruskopf

**Anlegen:** Bei der Wirbelsäule in neutraler Position (Arm unten, gerader Rücken) anlegen. Wieder runden Rücken machen und arme an den Oberkörper nehmen und mit 50% Zug ablegen. Beidseitig durchführen.



FERTIG! 😊

Scan mich!  
Online Video Anleitung

