

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.



Scan mich!
Online Video Anleitung

FERTIG! ☺

