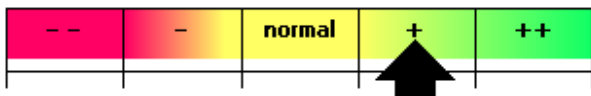


Wirbelsäule - Gesamtscore (SpineScore®)

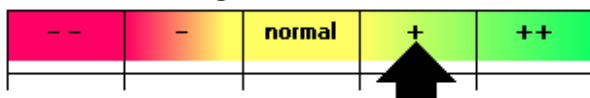


Der MediMouse® Test errechnet den Spine-check Score® welcher die drei Kriterien Haltung, Beweglichkeit und Haltungskompetenz der Wirbelsäule einschliesst. Ihr Spine-check Score® deutet auf eine **leistungsfähige und funktionell weitgehend gesunde Wirbelsäule** hin.

Nur die leistungsfähige Wirbelsäule kann den Alltagsbelastungen ausgesetzt sein ohne langfristig Schädigungen zu erleiden. Ein gesunder Rücken erhöht die Lebensqualität.

Tip: Unterstützen und erhalten Sie die Leistungsfähigkeit Ihrer Wirbelsäule, indem Sie Bauch- und Rückenmuskeln bewusst trainieren und die Oberschenkelmuskeln regelmässig dehnen.

Wirbelsäule - Haltung

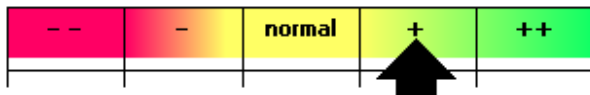


Der MediMouse® Test bewertet die Haltung der Wirbelsäule im aufrechten Stehen und in vornübergeneigter Haltung (Flexion). Die Messwerte zeigen auf, dass Sie eine **gesunde Körperhaltung** einnehmen.

Die gesunde Körperhaltung gilt als Voraussetzung für die Aufrechterhaltung einer leistungsfähigen Wirbelsäule. Nur eine leistungsfähige Wirbelsäule kann den Alltagsbelastungen ausgesetzt sein ohne langfristig Schädigungen zu erleiden.

Tip: Unterstützen und erhalten Sie Ihre Körperhaltung durch angepasstes Training der Rumpfmuskeln und Dehnung der Oberschenkelmuskeln.

Wirbelsäule - Beweglichkeit

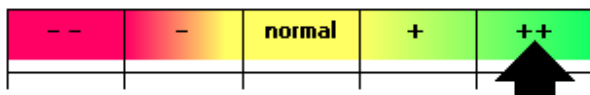


Der MediMouse® Test bewertet die Beweglichkeit der Wirbelsäule vom aufrechten Stand zur vornübergeneigten Position (Flexion). Ihre Messwerte weisen auf eine **relativ harmonische und weitgehend gute Beweglichkeit der Wirbelsäule** hin.

Eine gleichmässige (harmonische) Beweglichkeit der Wirbelsäule schützt vor Überbeanspruchung einzelner Wirbelsäulenabschnitte. Eine gesunde Beweglichkeit ist damit Voraussetzung um langfristig Rückenleiden zu vermeiden.

Tip: Unterstützen und erhalten Sie eine gleichmässige Wirbelsäulen-Beweglichkeit durch angepasstes Training der Rumpfmuskeln und Dehnung der Oberschenkelmuskeln.

Wirbelsäule - Haltungskompetenz



Der MediMouse® Test bewertet die Haltungskompetenz der Wirbelsäule und der Rumpfmuskulatur durch den Armvorhaltetest in Analogie zu Matthiass. Ihre Messwerte zeigen eine **überdurchschnittlich gute Haltungskompetenz**.

Eine gute Haltungskompetenz Zeugt von einer guten Stabilisierung der Wirbelsäule durch die entsprechenden Rumpfmuskeln. Haltungskompetenz verhindert das Ausweichen in ungesunde Ausweichhaltungen. Diese Messung eignet sich besonders gut zur Verlaufskontrolle rückenorientiertem Kräftigungstraining.

Tip: Erhalten Sie Ihre Haltungskraft indem Sie die Rumpfmuskeln bewusst trainieren.

Nachname **Mustermann**

Geburtsdatum **26.06.1972**

Vorname **Max**

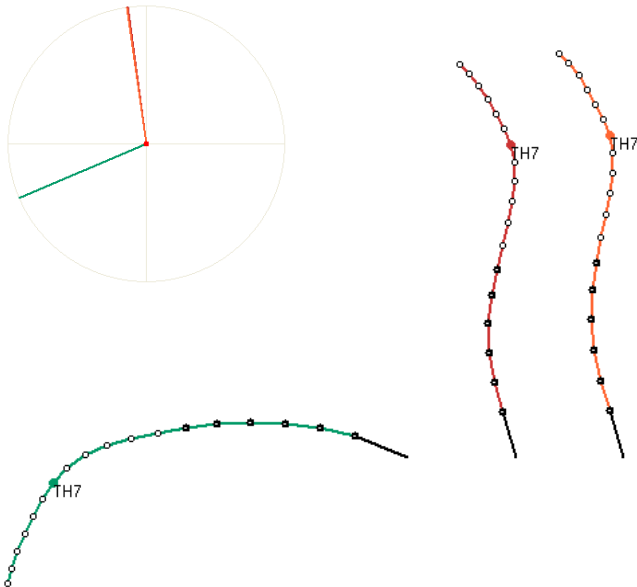
Geschlecht **männlich**



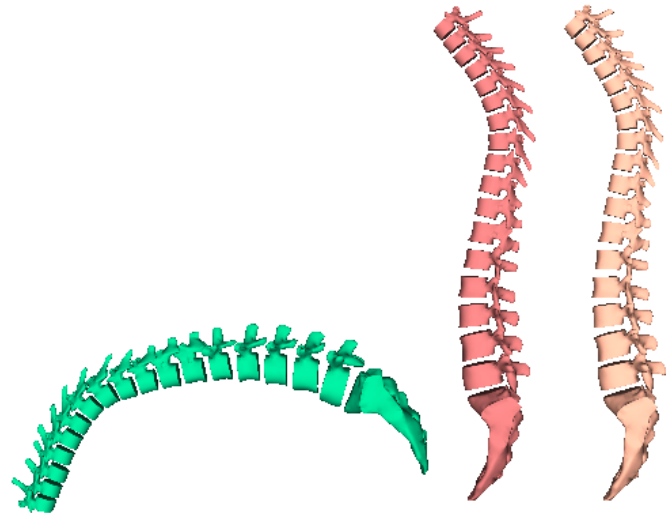
angelegt am **07.11.2006**

10:47

Konturlinie und Inklination



3D-Wirbelsäule

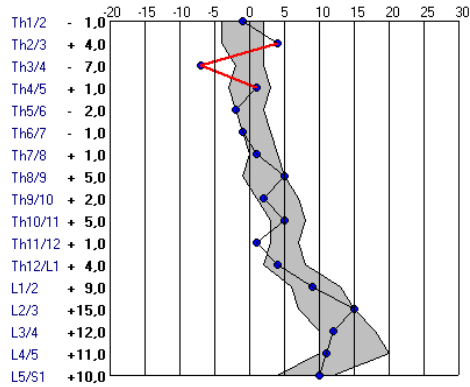


Messwerttabelle

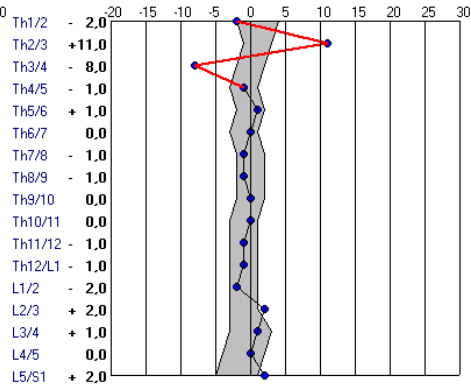
Segment	Auf	Flex	Matt	A-F	A-M
Th1/2	6	5	4	-1	-2
Th2/3	2	6	14	4	11
Th3/4	6	-1	-2	-7	-8
Th4/5	3	5	2	1	-1
Th5/6	6	4	7	-2	1
Th6/7	10	9	11	-1	0
Th7/8	12	13	12	1	-1
Th8/9	8	13	7	5	-1
Th9/10	3	6	3	2	0
Th10/11	0	5	0	5	0
Th11/12	0	1	-1	1	-1
Th12/L1	-2	2	-2	4	-1
L1/2	-4	5	-6	9	-2
L2/3	-10	5	-8	15	2
L3/4	-7	4	-7	12	1
L4/5	-5	6	-5	11	0
L5/S1	-1	9	0	10	2
Sak/HG	16	68	17	52	0
BWS	58	66	56	8	-2
LWS	-29	32	-27	61	2
Inkl.	8	113	8	106	1
Länge	568	663	583	95	15

Vertebragraph Mobilität

Vergleich Aufrecht zur Flexion

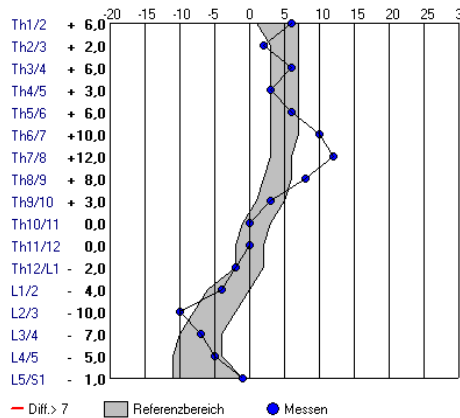


Vergleich Aufrecht zu Matthias

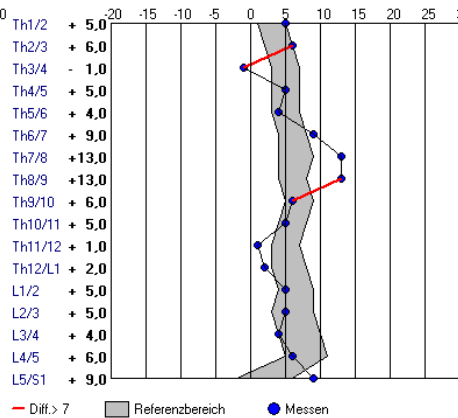


Auffälligkeiten Haltung

Aufrecht



Flexion (Vorbeuge)



Matthias

