



AUSGANGSSTELLUNG

1



ÜBERGANGSPHASE

2



ENDSTELLUNG

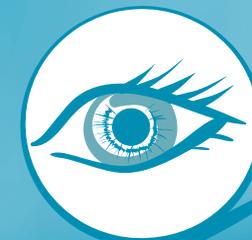
3

www.bioswing.de

BIOSWING®

Balance-Test

Das EKG Ihrer Koordination!



Weitere Informationen unter www.bioswing.de/trainingssysteme

Ihre Koordination wurde getestet von:

HAIDER BIOSWING GmbH

Dechantseeser Str. 4

95704 Pullenreuth

Telefon: +49 (0) 9234 / 99 22 - 0

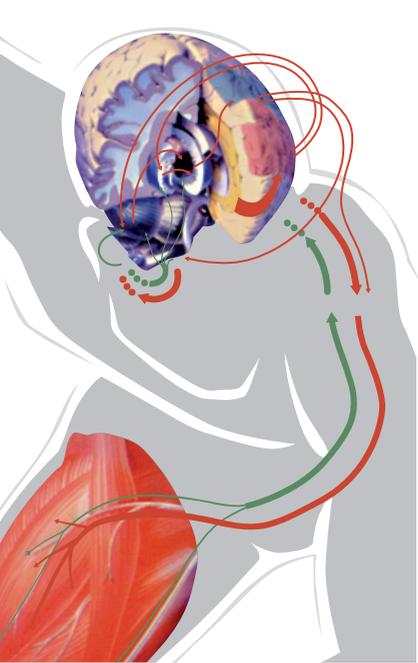
Telefax: +49 (0) 9234 / 99 22 - 166

E-Mail: info@bioswing.de

Internet: www.bioswing.de

WM30400-01





Name:

Ihre Ergebnisse vom:

Ihre Stabilität im Einbeinstand:

<input type="checkbox"/> Schwierigkeitsstufe 1 (beide Riegel geschlossen)		<input type="checkbox"/> Schwierigkeitsstufe 2 (Standard, ein Riegel geöffnet)		<input type="checkbox"/> Schwierigkeitsstufe 3 (beide Riegel geöffnet)	
Links	Rechts	Links	Rechts	Links	Rechts
%	%	%	%	%	%

Was misst der BIOSWING® Balance-Test?

Der BIOSWING® Balance-Test misst Ihre Fähigkeit, einen Einbeinstand auf einer speziell instabil pendelnden Fläche (dem sog. Posturomed®) stabil und ruhig zu halten. Diese gezielte Provokation fordert die gute Zusammenarbeit Ihres Bindegewebs-Nerven-Muskelsystems. Neben dem Bewegungssystem spielen jedoch auch andere Faktoren eine Rolle. Wichtig hierbei ist v.a. der Zustand Ihres Gleichgewichtsorganes im Innenohr, ebenso Ihre räumliche Wahrnehmung über die Augen.

Der BIOSWING® Balance-Test ermöglicht eine Einschätzung Ihrer Standstabilität und erlaubt eine grobe Abschätzung möglicher Folgen auf Ihr Sturzverhalten oder Ihre Verletzungsanfälligkeit im Sport. Der Test ersetzt jedoch nicht eine fundierte Untersuchung durch einen Arzt oder einen anderen Heilberufler. Nur im Rahmen weiterer Untersuchungen kann die Ursache möglicher Defizite in der Standstabilität ausfindig gemacht werden!

Das bedeuten Ihre Ergebnisse bei der Schwierigkeitsstufe 2:

Stabilität	Bedeutung	Fazit
<input type="checkbox"/> Ab 80% Stabilität	In diesem Einbeinstand besitzen Sie eine ausgezeichnete Koordination Ihres Nerv-Muskel-Systems. Ihre Sturzgefahr im Alltag und Ihre Verletzungsanfälligkeit im Sport sind hier gering.	Ein zielgerichtetes sensomotorisches Training ist derzeit nicht zwingend notwendig, kann aber einen wesentlichen Beitrag zur Aufrechterhaltung Ihrer ausgezeichneten Nerv-Muskel-Koordination leisten.
<input type="checkbox"/> 60 - 79% Stabilität	In diesem Einbeinstand besitzen Sie eine gute Koordination Ihres Nerv-Muskel-Systems. Ihre Sturzgefahr im Alltag und Ihre Verletzungsanfälligkeit im Sport sind hier leicht erhöht.	Ein zielgerichtetes sensomotorisches Training bei einem Spezialisten, z.B. einem Physio- oder Sporttherapeuten, kann eine noch bessere Sturz- und Verletzungsprophylaxe leisten.
<input type="checkbox"/> 40 - 59% Stabilität	In diesem Einbeinstand besitzen Sie eine ausreichende Koordination Ihres Nerv-Muskel-Systems. Ihre Sturzgefahr im Alltag und Ihre Verletzungsanfälligkeit im Sport sind hier jedoch erhöht.	Wir empfehlen Ihnen ein mittelfristiges zielgerichtetes sensomotorisches Training bei einem Spezialisten, z.B. einem Physio- oder Sporttherapeuten.
<input type="checkbox"/> 20 - 39% Stabilität	In diesem Einbeinstand besitzen Sie eine nicht ausreichende Koordination Ihres Nerv-Muskel-Systems. Ihre Sturzgefahr im Alltag und Ihre Verletzungsanfälligkeit im Sport sind hier deutlich erhöht.	Wir empfehlen Ihnen ein längerfristiges zielgerichtetes sensomotorisches Training bei einem Spezialisten, z.B. einem Physio- oder Sporttherapeuten.
<input type="checkbox"/> 0 - 19% Stabilität	In diesem Einbeinstand besitzen Sie eine nicht ausreichende Koordination Ihres Nerv-Muskel-Systems. Ihre Sturzgefahr im Alltag und Ihre Verletzungsanfälligkeit im Sport sind hier stark erhöht.	Wir empfehlen Ihnen ein längerfristiges zielgerichtetes sensomotorisches Training bei einem Spezialisten, z.B. einem Physio- oder Sporttherapeuten.