

<b>Ort: LWS und ISG = Wurzelgebiet</b>	<b>Befund rechts</b>	<b>Befund links</b>
Finger-Boden-Abstand		
Schober/Ott		
Lasegue- Test		
Braguard- Test		
Beinlängendifferenz/Becken- Schiefstand		
Spina iliaca anteor supereor		
Mobilität ISG		
Federungstest		
Lendenwirbelrotation		
Lig. supraspinale		
Lig. Iliolumbale		
Lig. sacrotuberale		
Lig. sacrospinale		
Ligg. sacroiliaca postereor		
Kreuzbeinfläche: Dorsalfaszie		
Mm. multifidii		
M. erector spinae		
M. quadratus lumborum		
<b>ab hier: Entscheidung für eine Seite! = nähere Peripherie</b>		
M. gluteus maximus, Ursprung		
M. gluteus maximus, Muskelbauch		
M. gluteus medius, Ursprung am Beckenkamm		
M. gluteus medius und minimus am trochanter maior, Ansatz		
M. piriformis und Aussenrotatoren, Ansatz		
M. tensor fascia lata, Muskelbauch		
Tuber ischiadicum, Ursprung der Ischiocruralen Muskulatur		
Mm. biceps femoris, Muskelbäuche		
M. biceps femoris, Sehne		
M. semitendinosus und semimembranosus, Muskelbauch		
M. semitendinosus, Sehne		
M. semimembranosus, Sehne		
Tractus iliotibialis		
Tractus iliotibialis: Elastizitätstest		
<b>ab hier: Befund + Behandlung! = weitere Peripherie</b>		
M. quadriceps femoris		
M. gastrocnemius lateral und medial, Ursprung		
M. gastrocnemius, Muskelbauch		
M. gastrocnemius, Achillessehne		
M. gastrocnemius, Fersenbein		
M. soleus, lateral		
M. soleus, medial		
M. tibialis anteor		
M. extensor hallucis longus und brevis		
M. extensor digitorum longus und brevis		
M. peroneus tertius		
Fußsohle: "Ischias-Endpunkt"		

Fußsohle: kurze Zehenflektoren		
Tractus iliotibialis: Elastizitätstest		
<b>ab hier: Rückweg zu näheren Peripherie und zum Wurzelgebiet je nach Befund, z.B.</b>		
M. biceps femoris, Muskelbauch		
M. semitendinosus, m. semimembranosus, Muskelbauch		
M. gluteus medius und minimus am trochanter maior, Ansatz		
M. piriformis		
M. tensor fascia lata, Muskelbauch		
Lig. Iliolumbale		
Lig. sacrotuberale		
Lig. sacrospinale		
Ligg. sacroiliaca posteriore		
Lig. supraspinale		
Tractus iliotibialis		
M. gluteus maximus, Ursprung		
M. gluteus maximus, Muskelbauch		
M. gluteus medius, Ursprung am Beckenkamm		
Kreuzbeinfläche: Dorsalfaszie		
Mm. multifidii		
M. erector spinae		
M. quadratus lumborum		
<b>ab hier: Manuelle Therapie je nach Befund</b>		
Mobilisation ISG bei eingeschr. Beweglichkeit oder Blockierung		
Beckenmobilisation nach posteriore		
Beckenmobilisation nach anteriore		
Traktion LWS unspezifisch		
Traktion LWS spezifisch		
Extensorische Mobilisation mit dem Federungstest		
Mobilisation der Lendenwirbelrotation in Bauchlage spezifisch		
Mobilisation der Lendenwirbelrotation in Seitenlage spezifisch		