

QMH
Formular
ELA-Test Balancieren

F.ET.HV.05.00



Gültigkeit/Verteiler:

x													
Alle	GF	Med.	MSD	PD	PT	Phy	Ergo	VwE	Kü	Se	HT	Fa	Re

Balancieren

Allgemeine Beschreibung

Balancieren über einen 2m langen Balken (Breite 10cm) vorwärts und rückwärts.

Vorgaben

Distanz: 20m

Beginn: Kommando

Ende: Kommando (Stopp-Mitteilung)

Anweisung

Bitte gehen sie bis zum Ende des Balkens und rückwärts wieder zurück. Wiederholen sie dies einmal.

Beim Rückwärts-Balancieren mitteilen, wann er stoppen soll.

Demonstration

1 Durchgang

Gültigkeit/Verteiler:

x													
Alle	GF	Med.	MSD	PD	PT	Phy	Ergo	VwE	Kü	Se	HT	Fa	Re

Balancieren

Name: _____ **Datum:** _____.____.____ ☐ Prä ☐ Post **Kürzel:** _____

Hinweis: Test-Nr. in Kästchen eintragen

Balkenlänge 2m: Summe m/vorwärts _____ **Summe m/rückwärts** _____

Bodenberührungen/Verlassen des Balkens (vorwärts): _____ = _____

Bodenberührungen/Verlassen des Balkens (rückwärts): _____ = _____

Abbruchkriterium:

☐ Bewegungssicherheit ☐ Kompensation ☐ HKS ☐ Schmerz ☐ Sonstiges

Sonstiges: _____

☐ Zielbeanspruchung ☐ Abbruch durch Teilnehmer _____

Skalenwert _____

Leistungsbereitschaft: ☐ zuverlässig ☐ fraglich ☐ nicht zuverlässig

Beobachtungen

		+	0	-	--	---
Koordination¹						
Tempo						
Schmerz- zeichen						
Sonstiges						

1) Armregulation, Gangbild (Oberkörperkompensation, ...)