

# Inhaltsverzeichnis

## I Grundlagen

<b>I.1</b>	<b>Einführung: Schmerzen und Symptome</b>	2
<b>I.2</b>	<b>Die Untersuchung des Bewegungsapparates</b>	6
<b>I.2.1</b>	<b>Einleitung</b>	6
<b>I.2.2</b>	<b>Anamnese – initiale Befragung und Inspektion in Ruhe</b>	7
<b>I.2.3</b>	<b>Funktions- bzw. physische Untersuchung</b>	10
<b>I.2.3.1</b>	<b>Planung der Untersuchung</b>	10
<b>I.2.3.2</b>	<b>Mittel der Untersuchung</b>	10
	Inspektion in Ruhe	11
	Aktive Bewegungen	11
	Passive Bewegungen	11
	Muskeltests	12
	Neurologische Untersuchung	12
	Palpation	13
	Ergänzende apparative Untersuchung	13
<b>I.2.3.3</b>	<b>Vorgehensweise bei der Untersuchung</b>	13
	Allgemeines	13
	Standardprocedere	14
	Funktionelle Demonstration	14
	Bereichslokalisation	14
	Funktionsuntersuchung	16
	Allgemeine Bewegungstests	16
	Zusatztests	16
	<i>Symptomatische Bewegungskombinationen</i>	16
	<i>Spezifische Provokation und Linderung</i>	16
	<i>Spezifische Beweglichkeit</i>	17
	Interpretation der Befunde	17
	Quantität der Bewegung	17
	Qualität der Bewegung	18
	Gewebeänderungen	18
	Probebehandlung	18
	Wiederbefund	18
<b>I.3</b>	<b>Behandlung</b>	20
<b>I.3.1</b>	<b>Ziele der Behandlung</b>	20
<b>I.3.2</b>	<b>Mittel der Behandlung</b>	20
<b>I.3.3</b>	<b>Entspannungstechniken</b>	21
	Hold-Relax.Techniken	21
	Kokontraktion gegen die Distraction	21
	Bewegungsgerichtete Kontraktion	21
	Weichteiltechniken	22
<b>I.3.4</b>	<b>Mobilisationstechniken</b>	22
<b>I.3.4.1</b>	<b>Aktive Verfahren</b>	22
	Aktive Mobilisation	22
	Aktive Mobilisation mit Zusatzbewegung	22
<b>I.3.4.2</b>	<b>Passive Verfahren</b>	22
	Mobilisation	23
	Manipulation	23
<b>I.3.5</b>	<b>Instruktion und Selbstübungen</b>	24

<b>I.3.6</b>	<b>Dosierung manual-therapeutischer Behandlungstechniken</b> .....	24	<b>I.3.6.2</b>	<b>Klinische Anwendung</b> .....	27
				Wundheilung .....	28
				Trainingszustand des zu behandelnden Gewebes .....	29
<b>I.3.6.1</b>	<b>Theoretische Grundlagen</b> ....	24		Wiederbefund .....	30
				Klinische Beispiele und die Dosierung der manual-therapeutischen Reize .....	30

## **II Thorakolumbaler Übergang**

<b>II.1</b>	<b>Bereichslokalisation</b> .....	34
	<b>Beispiel 1: Flexion</b> .....	35
	Neurale Beteiligung vs. BWS/LWS .....	36
	Rippen vs. BWS/LWS .....	38
	<b>Beispiel 2: Extension</b> .....	41
	Neurale Beteiligung vs. BWS/LWS .....	42
	Rippen vs. BWS/LWS .....	44
	<b>Beispiel 3: Rotation</b> .....	47
	Neurale Beteiligung vs. BWS/LWS .....	48
	Rippen vs. BWS/LWS .....	50
<b>II.2</b>	<b>Quick Check – Symptome thorakolumbaler Übergang</b> .....	52
	<b>BWS/LWS</b> .....	52
	<b>Rippen</b> .....	54
	<b>Neurale Strukturen</b> .....	54
<b>II.3</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung</b> .....	57
<b>II.3.1</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung des thorakolumbalen Übergangs</b> .....	57
<b>II.3.1.1</b>	Lokalisation thorakolumbaler Übergang – Flexion .....	57
<b>II.3.1.2</b>	Lokalisation thorakolumbaler Übergang – Extension .....	61
<b>II.3.1.3</b>	Lokalisation thorakolumbaler Übergang – Rotation .....	65
<b>II.3.1.4</b>	Differenzierung zwischen Wirbel- und Rippengelenken – Rotation .....	68
<b>II.4</b>	<b>Allgemeine Bewegungstests</b> .....	70
	<b>BWS und Rippen</b> .....	70
	<b>LWS</b> .....	71

<b>II.5</b>	<b>Behandlungsbeispiel thorakolumbalen Übergang</b>	72
<b>II.5.1</b>	<b>Entspannungstechniken</b>	74
<b>II.5.1.1</b>	<b>Hold-Relax-Techniken</b>	74
	Bewegungsgerichtete Kontraktion entgegengesetzt der schmerzhaften und/oder eingeschränkten Richtung	74
	Bewegungsgerichtete Kontraktion in die schmerzhafte und/oder eingeschränkte Richtung	76
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	78
<b>II.5.1.2</b>	<b>Weichteiltechniken</b>	79
<b>II.5.2</b>	<b>Mobilisationstechniken</b>	80
<b>II.5.2.1</b>	<b>Aktive Verfahren</b>	80
	Aktive Mobilisation – Extension und Rotation rechts von Th12 in Bauchlage	80
<b>II.5.2.2</b>	<b>Passive Verfahren</b>	82
	Akzessorische Bewegungen – unilateraler posterior-anteriorer Schub	82
	Anguläre Bewegung - Extension und Rotation rechts von Th12 in Bauchlage	84
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	85

### **III Lumbosakraler Übergang**

<b>III.1</b>	<b>Bereichslokalisierung</b>	88
	<b>Beispiel 1: Flexion</b>	89
	Neurale Beteiligung vs. LWS	90
	<b>Beispiel 2: Extension</b>	93
	Neurale Beteiligung vs. LWS	94
<b>III.2</b>	<b>Quick Check – Symptome lumbosakralen Übergang</b>	96
	<b>LWS</b>	96
	<b>Neurale Strukturen</b>	97
<b>III.3</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung</b>	99
<b>III.3.1</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung des lumbosakralen Übergangs</b>	99
	<b>III.3.1.1 Lokalisation lumbosakralen Übergang – Flexion</b>	99
	<b>III.3.1.2 Lokalisation lumbosakralen Übergang – Extension</b>	103
<b>III.4</b>	<b>Allgemeine Bewegungstests</b>	106
	<b>LWS</b>	106

<b>III.5</b>	<b>Behandlungsbeispiel LWS – Hypermobilität von L5</b>	107
	Generelles Vorgehen bei der Behandlung einer lumbalen Hypermobilität/Instabilität	107
<b>III.5.1</b>	<b>Entspannungstechniken</b>	110
<b>III.5.1.1</b>	<b>Weichteiltechniken</b>	110
	Paravertebrale Muskulatur rechts (Seitneigung)	110
	Paravertebrale Muskulatur rechts (Rotation) – Seitlage	112
	Paravertebrale Muskulatur rechts (Rotation) – Bauchlage	114
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	114
<b>III.5.2</b>	<b>Mobilisationstechniken (unterstützende Bereiche)</b>	116
<b>III.5.2.1</b>	<b>Aktive Verfahren</b>	116
	Aktive Mobilisation – Extension	116
<b>III.5.2.2</b>	<b>Passive Verfahren</b>	118
	Akzessorische Bewegungen – zentraler posterior-anteriorer Schub	118
	Akzessorische Bewegungen – transversaler Schub	120
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	120
<b>III.5.3</b>	<b>Mobilisationstechniken (symptomatischer Bereich)</b>	122
<b>III.5.3.1</b>	<b>Aktive Verfahren</b>	122
	Aktive Mobilisation mit Zusatzbewegung – Extension mit ventral-kranialem Schub auf L5 in Bauchlage	122
	Bemerkungen zur Anwendung der Technik	122

## **IV**      **Gesäß und dorsolateraler Oberschenkel**

<b>IV.1</b>	<b>Bereichslokalisierung</b>	126
	Beispiel 1: Flexion	127
	Neurale Beteiligung vs. LWS/ISG	128
	Beispiel 2: Extension	131
	Neurale Beteiligung vs. LWS	132
<b>IV.2</b>	<b>Quick Check – Symptome Gesäß und dorsolateraler Oberschenkel</b>	134
	LWS	134
	Neurale Strukturen	136
<b>IV.3</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung</b>	137
<b>IV.3.1</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung der LWS</b>	137
<b>IV.3.1.1</b>	<b>Lokalisation LWS – Flexion</b>	137
<b>IV.3.1.2</b>	<b>Lokalisation LWS – Extension/Seitneigung rechts/Rotation rechts</b>	141

<b>IV.4</b>	<b>Allgemeine Bewegungstests</b>	144
	<b>LWS</b>	144
	<b>Hüfte</b>	145
<b>IV.5</b>	<b>Behandlungsbeispiel LWS – Akutes radikuläres Syndrom</b>	146
<b>IV.5.1</b>	<b>Mobilisationstechniken</b>	148
<b>IV.5.1.1</b>	<b>Aktive Verfahren</b>	148
	Aktive Mobilisation – Wiederholte Extension im Liegen	148
	Bemerkungen zur Anwendung der Technik	148
<b>IV.5.1.2</b>	<b>Passive Verfahren</b>	150
	Translatorische Bewegungen – Traktion	150
	Anguläre Bewegungen – Innenrotation des Hüftgelenks (neurale Mobilisation)	152
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	152
<b>IV.6</b>	<b>Behandlungsbeispiel LWS – Subakutes radikuläres Syndrom</b>	154
<b>IV.6.1</b>	<b>Entspannungstechniken</b>	156
<b>IV.6.1.1</b>	<b>Hold-Relax-Techniken</b>	156
	Bewegungsgerichtete Kontraktion entgegengesetzt der schmerzhaften und/oder eingeschränkten Richtung	156
	Bewegungsgerichtete Kontraktion in die schmerzhafte und/oder eingeschränkte Richtung	158
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	158
<b>IV.6.1.2</b>	<b>Weichteiltechniken</b>	160
	Paravertebrale Muskulatur im Vierfüßlerstand	160
	Paravertebrale Muskulatur rechts in Bauchlage	162
	Paravertebrale Muskulatur rechts in Seitenlage	164
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	164
<b>IV.6.2</b>	<b>Mobilisationstechniken</b>	166
<b>IV.6.2.1</b>	<b>Aktive Verfahren</b>	166
	Aktive Mobilisation – Rotation rechts von L4 in Seitlage	166
	Aktive Mobilisation – Rotation rechts von L4 im Sitz	166
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	168
	Aktive Mobilisation mit Zusatzbewegung – Neurale Mobilisation mit ventral-kranialem Schub auf L4 in Seitlage	170
	Aktive Mobilisation mit Zusatzbewegung – Neurale Mobilisation mit ventral-kranialem Schub auf L4 im Sitz	170
	Aktive Mobilisation mit Zusatzbewegung – Flexion mit transversalem Schub auf L4 in Seitlage	172
	Aktive Mobilisation mit Zusatzbewegung – Flexion mit ventral-kranialem Schub auf L4	174
	Aktive Mobilisation mit Zusatzbewegung – Flexion mit ventral-kranialem Schub auf L4 im Sitz	174
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	176
<b>IV.6.2.2</b>	<b>Passive Verfahren</b>	178
	Akzessorische Bewegungen – Zentral posterior-anteriorer Schub	178
	Akzessorische Bewegungen – unilateraler posterior-anteriorer Schub	180
	Akzessorische Bewegungen – unilateraler posterior-anteriorer Schub mit neuraler Vorspannung	182
	Anguläre Bewegungen – Rotation rechts in Flexion aus Seitlage L4	184
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	186

## **V Leiste**

<b>V.1 Bereichslokalisation</b>	190
<b>Beispiel 1: Drehung des Rumpfes nach rechts</b>	191
Hüftkomplex vs. LWS/ISG	192
Neurale Beteiligung vs. Hüftkomplex	194
Hüftkomplex vs. ISG vs. LWS	196
<b>Beispiel 2: Ausfallschritt links</b>	201
Hüftkomplex vs. LWS/ISG	202
Neurale Beteiligung vs. Hüftkomplex	204
Hüftkomplex vs. ISG vs. LWS	206
<b>Beispiel 3: Belastung des rechten Beines</b>	211
Hüftkomplex vs. ISG vs. LWS	212
<b>Beispiel 4: Hochstellen des rechten Fußes auf einen Stuhl</b>	217
Hüftkomplex vs. LWS/ISG	218
Neurale Beteiligung vs. Hüftkomplex	220
<b>V.2 Quick Check – Symptome Leiste</b>	222
LWS/ISG	222
ISG	224
Hüfte	226
Neurale Strukturen	226
<b>V.3 Spezifische Provokation und Linderung</b>	229
<b>V.3.1 Spezifische Provokation und Linderung des Hüftkomplexes</b>	229
V.3.1.1 Lokalisation Hüftgelenk – Innenrotation – intraartikulär (Symptomauslösung durch eine intraartikuläre Komponente – Gewicht tragender Anteil)	229
V.3.1.2 Lokalisation Hüftgelenk – Innenrotation – Bewegung als Symptom auslösende Komponente – Rollen	232
V.3.1.3 Lokalisation Hüftgelenk – Innenrotation – Bewegung als Symptom auslösende Komponente – Gleiten	234
V.3.1.4 Differenzierung Hüftgelenk – Ausfallschritt links – Gelenk vs. M. iliopsoas	237
V.3.1.5 Lokalisation Hüftgelenk – Flexion – Bewegung als Symptom auslösende Komponente – Rollen	241
V.3.1.6 Lokalisation Hüftgelenk – Flexion – Bewegung als Symptom auslösende Komponente – Gleiten	244

<b>V.4</b>	<b>Allgemeine Bewegungstests</b> .....	246
	LWS/ISG .....	246
	Hüftgelenk .....	247
<b>V.5</b>	<b>Behandlungsbeispiel Hüftgelenk</b> .....	248
<b>V.5.1</b>	<b>Entspannungstechniken</b> ....	250
<b>V.5.1.1</b>	<b>Hold-Relax-Techniken</b> .....	250
	Kokontraktion gegen die	
	Distraktion .....	250
	Bewegungsgerichtete Kontraktion	
	entgegengesetzt der schmerzhaften	
	und/oder eingeschränkten	
	Richtung .....	252
	Bewegungsgerichtete Kontraktion	
	in die schmerzhafte und/oder	
	eingeschränkte Richtung .....	254
	Bemerkungen zur Anwendung	
	der Techniken .....	256
<b>V.5.1.2</b>	<b>Weichteiltechniken</b> .....	258
	Gesäßmuskulatur .....	258
	Bemerkungen zur Anwendung	
	der Technik .....	260
<b>V.5.2</b>	<b>Mobilisationstechniken</b> ....	262
<b>V.5.2.1</b>	<b>Aktive Verfahren</b> .....	262
	Aktive Mobilisation plus Zusatz-	
	bewegung – Flexion des Hüftge-	
	lenks mit Distraktion des Gewicht	
	tragenden Teils .....	262
	Aktive Mobilisation plus Zusatz-	
	bewegung – Flexion des Hüft-	
	gelenks mit lateralem Zug –	
	entlastet .....	264
	Aktive Mobilisation plus Zusatz-	
	bewegung – Flexion des Hüft-	
	gelenks mit lateralem Zug –	
	belastet .....	264
	Bemerkungen zur Anwendung	
	der Techniken .....	266
<b>V.5.2.2</b>	<b>Passive Verfahren</b> .....	268
	Translatorische Bewegungen –	
	Distraktion des Gewicht tragen-	
	den Teils in Flexion .....	268
	Translatorische Bewegungen –	
	Dorsalgleiten des Femurs in	
	Flexion – Adduktion – Außen-	
	rotation .....	270
	Anguläre Bewegungen – Flexion –	
	Adduktion – Außenrotation ....	272
	Bemerkungen zur Anwendung	
	der Techniken .....	274

## VI Anteromediales Knie

<b>VI.1</b>	<b>Bereichslokalisation</b> .....	276
	<b>Beispiel 1: Extension</b> .....	277
	LWS vs. Kniekomplex .....	278
	Neurale Beteiligung vs. Knie-	
	komplex .....	280

<b>VI.2</b>	<b>Quick Check – Symptome anteromediales Knie</b>	282
	LWS	282
	Hüfte	282
	Kniekomplex	284
	Neurale Strukturen	284
<b>VI.3</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung</b>	287
<b>VI.3.1</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung des Kniegelenks</b>	287
VI.3.1.1	Differenzierung Kniegelenk – Extension – intra- vs. extra-artikulär (Symptomauslösung durch eine intraartikuläre Komponente)	287
VI.3.1.2	Differenzierung Kniegelenk – Extension – extra- vs. intraartikulär (Symptomauslösung durch eine extraartikuläre Komponente)	290
VI.3.1.3	Differenzierung Kniegelenk – Extension – Bewegung als Symptom auslösende Komponente	292
<b>VI.4</b>	<b>Allgemeine Bewegungstests</b>	294
	LWS	294
	Hüfte	295
	Knie	295
<b>VI.5</b>	<b>Behandlungsbeispiel Kniegelenk</b>	296
<b>VI.5.1</b>	<b>Entspannungstechniken</b>	298
VI.5.1.1	Hold-Relax-Techniken	298
	Kokontraktion gegen die Distraction	298
	Bewegungsgerichtete Kontraktion entgegengesetzt der schmerzhaften und/oder eingeschränkten Richtung	300
	Bewegungsgerichtete Kontraktion in die schmerzhaft und/oder eingeschränkte Richtung	302
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	302
VI.5.1.2	Weichteiltechniken	304
	Ischiokrurale Muskulatur	304
	M. quadriceps	306
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	308
<b>VI.5.2</b>	<b>Mobilisationstechniken</b>	310
VI.5.2.1	Aktive Verfahren	310
	Aktive Mobilisation – Extension (Rollgleiten) über den Femur	310
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	310
	Aktive Mobilisation plus Zusatzbewegung – Extension des Kniegelenks mit Gleiten nach anterior	312
	Aktive Mobilisation plus Zusatzbewegung – Extension des Kniegelenks mit Gleiten nach lateral	314
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken	316
VI.5.2.2	Passive Verfahren	318
	Translatorische Bewegungen – Traktion	318
	Bemerkungen zur Anwendung der Technik	320



Translatorische Bewegungen – Gleiten des Femurs nach posterior .....	322	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken .....	326
Anguläre Bewegungen – Klaffen posterior mit gleichzeitiger Distraction .....	324		

**VII     Anterolaterales Knie**

---

<b>VII.1     Bereichslokalisation .....</b>	<b>328</b>		
<b>Beispiel: Hocke .....</b>	<b>329</b>	Neurale Beteiligung vs. Kniekomplex .....	332
LWS vs. Kniekomplex .....	330		
<b>VII.2     Quick Check – Symptome anterior-laterales Knie .....</b>	<b>334</b>		
LWS .....	334	<b>Neurale Strukturen .....</b>	<b>338</b>
Kniekomplex .....	336		
<b>VII.3     Spezifische Provokation und Linderung .....</b>	<b>339</b>		
<b>VII.3.1     Spezifische Provokation und Linderung des Kniekomplexes .....</b>	<b>339</b>	<b>VII.3.1.2     Lokalisation Patellofemoralgelenk – Flexion – intra- vs. extraartikulär (Symptomauslösung durch eine intraartikuläre Komponente) .....</b>	<b>342</b>
<b>VII.3.1.1     Lokalisation Kniegelenk – Flexion – Bewegung als Symptom auslösende Komponente .....</b>	<b>339</b>	<b>VII.3.1.3     Lokalisation Patellofemoralgelenk – Flexion – Bewegung als Symptom auslösende Komponente .....</b>	<b>344</b>
<b>VII.4     Allgemeine Bewegungstests .....</b>	<b>346</b>		
LWS .....	346	<b>Knie .....</b>	<b>347</b>
Hüftgelenk .....	347		

## **VII.5 Behandlungsbeispiel Patellofemoralgelenk ..... 348**

### **VII.5.1 Entspannungstechniken .... 350**

#### **VII.5.1.1 Hold-Relax-Techniken ..... 350**

Kontraktion der die Patella  
dezentrierenden Muskulatur  
lateral ..... 350  
Kontraktion der die Patella  
dezentrierenden Muskulatur  
anterior ..... 352  
Bemerkungen zur Anwendung  
der Techniken ..... 352

#### **VII.5.1.2 Weichteiltechniken ..... 354**

Patella dezentrierende Muskula-  
tur lateral ..... 354  
Patella dezentrierende Muskula-  
tur anterior ..... 356  
Bemerkungen zur Anwendung  
der Techniken ..... 356

### **VII.5.2 Mobilisationstechniken .... 358**

#### **VII.5.2.1 Aktive Verfahren ..... 358**

Aktive Mobilisation plus Zusatz-  
bewegung – Flexion des Kniege-  
lenkes mit Gleiten der Patella  
nach medial-distal ..... 358

Bemerkungen zur Anwendung  
der Technik ..... 360

#### **VII.5.2.2 Passive Verfahren ..... 362**

Translatorische Bewegungen –  
Gleiten der Patella nach medial-  
distal ..... 362  
Bemerkungen zur Anwendung  
der Technik ..... 362  
Translatorische Bewegungen –  
Kompression der Patella in  
Flexion ..... 364  
Anguläre Bewegungen – Kom-  
pression im Patellofemoralgelenk  
mit passiver Flexion des Knie-  
gelenks ..... 366  
Anguläre Bewegungen – Mobilisa-  
tion der Strukturen lateral am  
Oberschenkel ..... 368  
Bemerkungen zur Anwendung  
der Techniken ..... 370

## **VIII Innenknöchel**

### **VIII.1 Bereichslokalisierung ..... 372**

**Beispiel 1: Belastung in der  
Standbeinphase ..... 373**  
LWS vs. Fußkomplex ..... 374  
Neurale Beteiligung vs. Fuß-  
komplex ..... 376

**Beispiel 2: Dorsalflexion .... 379**  
LWS vs. Fußkomplex ..... 380  
Neurale Beteiligung vs. Fuß-  
komplex ..... 382

### **VIII.2 Quick Check – Symptome Innenknöchel ..... 384**

**LWS ..... 384**

**Neurale Strukturen ..... 388**

**Fußkomplex ..... 386**

<b>VIII.3</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung</b> .....	391
<b>VIII.3.1</b>	<b>Spezifische Provokation und Linderung des Fußkomplexes</b> .....	391
VIII.3.1.1	Differenzierung Fußkomplex – Belastung in der Standbeinphase – oberes vs. unteres Sprunggelenk (Kompression als Symptom auslösende Komponente) .....	391
VIII.3.1.2	Lokalisation unteres Sprunggelenk – Dorsalflexion .....	395
VIII.3.1.3	Lokalisation oberes Sprunggelenk – Dorsalflexion – Bewegung als Symptom auslösende Komponente – Rollen .....	398
VIII.3.1.4	Lokalisation oberes Sprunggelenk – Dorsalflexion – Bewegung als Symptom auslösende Komponente – Gleiten .....	400
<b>VIII.4</b>	<b>Allgemeine Bewegungstests</b> .....	402
LWS	.....	402
Fuß	.....	403
<b>VIII.5</b>	<b>Behandlungsbeispiel Fußkomplex</b> .....	404
<b>VIII.5.1</b>	<b>Entspannungstechniken</b> ....	406
VIII.5.1.1	Weichteiltechniken .....	406
	Gewebe um den Malleolus medialis .....	406
	Bemerkungen zur Anwendung der Technik .....	406
<b>VIII.5.2</b>	<b>Mobilisationstechniken</b> ....	408
VIII.5.2.1	Aktive Verfahren .....	408
	Aktive Mobilisation plus Zusatzbewegung – Dorsalflexion mit anteriorem Gleiten des Talus im oberen Sprunggelenk .....	408
	Aktive Mobilisation plus Zusatzbewegung – Neurale Mobilisation mit unilateralem posterior-anteriorem Druck (L4) .....	410
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken .....	410
VIII.5.2.2	Passive Verfahren .....	412
	Translatorische Bewegungen – Traktion im oberen Sprunggelenk .....	412
	Translatorische Bewegungen – Dorsalgleiten im oberen Sprunggelenk .....	414
	Bemerkungen zur Anwendung der Techniken .....	416
	Akzessorische Bewegungen – Unilateraler posterior-anteriorer Schub L4 .....	418
	Bemerkungen zur Anwendung der Technik .....	418

<b>Literatur</b> .....	420
------------------------	-----