

Inhaltsverzeichnis

1	Bindegewebe und Wundheilung	1	6	Kniegelenk	266
1.1	Bindegewebe	1	6.1	Allgemeine Untersuchung	266
1.2	Wundheilung	30	6.2	Vorderes Kreuzband	267
			6.3	Hinteres Kreuzband	285
			6.4	Meniskus	297
			6.5	Patellofemoralgelenk	311
			6.6	Gelenkflächen	328
2	Grundlagen der Trainingslehre	69	7	Sprunggelenk	365
2.1	Motorische Hauptbeanspruchungsform Kraft	73	7.1	Anatomie	365
2.2	Motorische Hauptbeanspruchungsform Ausdauer	84	7.2	Biomechanik	371
2.3	Motorische Hauptbeanspruchungsform Koordination	88	7.3	Allgemeine Untersuchung	376
			7.4	Inversionstrauma	379
			7.5	Begleitverletzungen	396
			7.6	Achillessehne	404
3	Lendenwirbelsäule	114	8	Praktische Übungen	438
3.1	Allgemeine Untersuchung	114	8.1	Automobilisationen	438
3.2	Bandscheibe	117	8.2	Lokale Stabilität und Kinästhesie (Stufenmodell Koordination A)	458
3.3	Facettengelenk	145	8.3	Stufenmodell Koordination Stufe B	463
3.4	Instabilität	156	8.4	Stufenmodell Koordination Stufe C	465
			8.5	Übungen mit und ohne Gerät	468
4	Sakroiliakgelenk	187	Sachverzeichnis 494		
4.1	Allgemeine Untersuchung	187			
4.2	Anatomie	190			
4.3	Biomechanik	194			
4.4	Hypermobilität (Instabilität)	202			
4.5	Hypomobilität (Blockierung)	207			
5	Hüftgelenk	214			
5.1	Anatomie	214			
5.2	Biomechanik	219			
5.3	Allgemeine Untersuchung	225			
5.4	Labrumverletzungen	228			
5.5	Coxarthrose	233			
5.6	Hüftendoprothese	239			