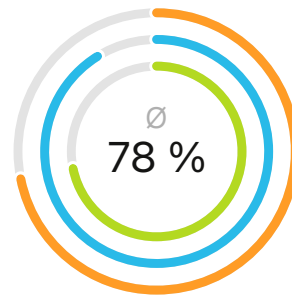


Test Update (23)

Geschlecht:	Mann
Geburtstag:	06.04.00
Körpergröße:	172 cm
Körpergewicht:	60 kg
Behandlung:	Rehabilitation
Verletztes Bein:	rechts
Bereich:	Knie
Verletzungsart:	Vorderes Kreuzband isoliert
Unfalldatum:	Kein Unfall
Behandlungsbeginn:	06.04.21
Operationsdatum:	Keine Operation
Sportart:	Keine Angabe
Stunden Sport pro Woche:	Keine Angabe

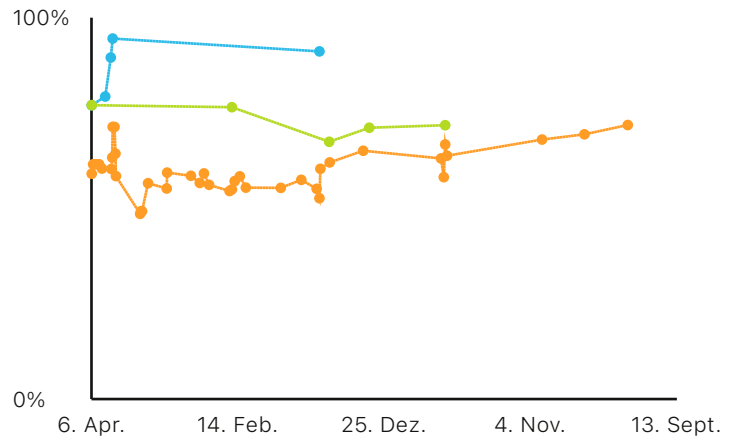
FIT-Index Aktuell



- Bewegungsausmaß
72 %
- Koordination
91 %
- Kraft/Schnelligkeit
72 %

Kommentar

FIT-Index Verlauf



Bewegungsausmaß 72 %

Winkelmessung passiv 82 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Eingangstest	06.04.2021	119°	98°	0	21°	82 %

Streckdefizit 25 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ Defizit	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Übungstest	28.05.2021	-	15°	0	15°	25 %
Übungstest	27.05.2021	-	6°	10	6°	70 %
Übungstest	21.05.2021	-	-1°	0	-1°	105 %
12-Monats-Test	20.05.2021	-	6°	0	6°	70 %
Übungstest	22.04.2021	-	9°	0	9°	55 %

Winkelmessung aktiv 80 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Übungstest	31.05.2024	▼ 102°	▼ 82°	3	20°	80 %
Übungstest	28.02.2024	≡ 114°	▼ 75°	5	39°	66 %
Übungstest	29.11.2023	≡ 106°	▼ 61°	5	45°	58 %
Übungstest	09.05.2023	≡ 111°	▼ 59°	3	52°	53 %
Übungstest	26.04.2023	≡ 106°	▼ 72°	4	34°	68 %

Dorsalextension 107 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Übungstest	05.05.2023	29°	31°	-	-2°	107 %
Übungstest	02.05.2023	25°	16°	5	9°	64 %
Übungstest	10.08.2022	35°	31°	6	4°	89 %
Übungstest	02.08.2022	34°	17°	8	17°	50 %
Übungstest	17.05.2022	34°	21°	6	13°	62 %

Plantarflexion 52 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
12-Monats-Test	21.05.2021	62°	32°	0	30°	52 %
Eingangstest	06.04.2021	28°	13°	0	15°	46 %

Kopffrotation: vorwärts und rückwärts

Kennzeichnung	Datum	Vorwärts	Rückwärts	Schmerz	FIT-Index
Übungstest	04.10.2023	44°	38°	5	-

Kopffrotation: seitwärts 85 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Übungstest	29.11.2023	33°	28°	1	5°	85 %

Koordination 91 %

Einbeinstand 110 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Übungstest	21.05.2021	≡ 2,7mm	≡ 2mm	0	-0,7 mm	110 %
Übungstest	05.05.2021	▼ 4,1mm	▼ 5,1mm	0	1 mm	90 %
Eingangstest	06.04.2021	≡ 1,8mm	▼ 3,4mm	0	1,6 mm	81 %

One Leg Squat 62 %

Kennzeichnung	Datum	Höhe	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Übungstest	08.08.2022	20 _{cm}	≡ 2,2°	▼ 6,7°	-	4,5°	62 %
Eingangstest	06.04.2021	20 _{cm}	▼ 5,8°	▼ 9,4°	0	3,6°	75 %

Winkelreproduktion 95 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
6-Monats-Test	17.05.2021	▲ -3,2°	■ -3,6°	0	+0,4°	95 %
Eingangstest	06.04.2021	■ -7,9°	▼ -18,7°	0	+10,8°	54 %

Y-Balance 98 %

Kennzeichnung	Datum	links: Beinlänge: 93 cm				⚡ rechts				Differenz				FIT-Index
		A	Pm	PI	=	A	Pm	PI	=	A	Pm	PI	=	
Eingangstest	06.04.2021	65	90	100	≡ 89	60	80	95	≡ 87	5	10	5	2	98 %

Kraft/Schnelligkeit 72 %

Vertical Jump 96 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Übungstest	05.05.2023	▼ 23 _{cm}	▼ 22 _{cm}	3	1 cm	96 %
24-Monats-Test	23.11.2022	▼ 24 _{cm}	▼ 22 _{cm}	2	2 cm	92 %
Übungstest	01.02.2022	▼ 23 _{cm}	■ 16 _{cm}	6	7 cm	70 %
Eingangstest	06.04.2021	▼ 11 _{cm}	▼ 8 _{cm}	0	3 cm	73 %

Distance Jump 80 %

Kennzeichnung	Datum	Technik	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Eingangstest	06.04.2021	1:1	▼ 100 _{cm}	▼ 80 _{cm}	0	20 cm	80 %

Drop Jump 70 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Eingangstest	06.04.2021	▲ 0,1°	■ 2,3°	0	2,2°	70 %

Side Hop 25 %

Kennzeichnung	Datum	Weite	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Übungstest	29.08.2022	30 _{cm}	■ 68	▼ 17	7	51	25 %
Eingangstest	06.04.2021	30 _{cm}	■ 68	■ 54	0	14	79 %

Speedy Jump 89 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Eingangstest	06.04.2021	■ 7,8 s	■ 9,4 s	0	1,6 s	89 %

Square Hop 71 %

Kennzeichnung	Datum	links	⚡ rechts	Schmerz	Differenz	FIT-Index
Eingangstest	06.04.2021	35	25	0	10	71 %

Vergleich mit Referenzwerten:

▼ unterdurchschnittlich ■ normal ▲ überdurchschnittlich

Unterschrift