

Functional Movement Screen Test Kit

Beim Functional Movement Screen (FMS) handelt es sich um eine qualitative funktionelle Bewegungsanalyse. Der Sportler absolviert 7 standardisierte Übungen (Deep Squat, Hurdle Step, Inline Lunge usw.), die vom Untersucher hinsichtlich der Ausführungsqualität bewertet werden. Anhand der Ergebnisse kann der Untersucher Aussagen über Stabilität, Mobilität und Asymmetrien des Sportlers treffen.

