

INFORMATIONSBLATT ZUM KOORDINATIONSTEST MFTS3 – CHECK

Mittels MFT-Platte (**multifunktionelle Trainingsplatte**) erfolgt eine computerunterstützte **Analyse der Symmetrie, Stabilität und Sensomotorik** des Bewegungsapparates. Gleichzeitig werden Koordinations- und Balancefähigkeit erfasst.

Ziel:

Genauere Analyse der Körperstabilität, der sensomotorischen Regulationsfähigkeit und evtl. funktionaler muskulärer Asymmetrien, um einseitige Abnützungen und Überbelastungen des Halte- und Stützapparates zu erkennen und vorzubeugen.

BEDEUTUNG DER „3 S“

- **Symmetrie** = Ausgewogenheit der Belastung
- **Stabilität** = Grundvoraussetzung für eine gute Koordination
- **Sensomotorik** = Bewegungskoordination, Ausgleichsbewegungen

Untersuchungsintervall: 20 Minuten