

# Sachverzeichnis

## A

Acetylcholin 23  
Achillessehnenentzündung 151  
Achillodynie 243, 289, 291  
Achselnerv 135  
Achtergang 165  
Adrenalin 23  
afferente Bahnen 44  
Air Hunger 314  
Air-Hunger-Drills 209  
Akkommodation 180, 182  
Aktivierung 24  
Aktivierungskaskaden 28  
alternierende Brücke 308  
Amygdala 49  
Anamnese 52  
anterolaterales System 94  
Antiration 314  
Antisakkaden 179  
Antriebslosigkeit 185  
Armkreisen 129  
Art. acromioclavicularis 127  
arthrogene muskuläre Inhibition 67  
Art. humeroradialis 129  
Art. humeroulnaris 129  
Art. radiocarpalis 131  
Art. radioulnaris proximalis 129  
Artt. interphalangeae proximalis et distalis 133  
Artt. metacarpophalangeae 132  
Art. talocalcanearis 108, 110  
Art. temporomandibularis 126  
Assessmentbogen 224, 226  
Asthma 239  
Ataxie 48  
Atemanhaltetest 204, 218, 223  
Atemanhalteübungen 209  
Atembeschwerden 240  
Atembewegung 210  
Atemfrequenz 210  
Atemgeräusche 210  
Atem-Mapping 199  
Atemmuskeln 199  
Atemrhythmus 210  
Atemtests 203, 218  
Atemtraining 205  
Atemübungen 81

Atemzentrum 194  
– inspiratorisches 194  
– pneumotaktisches 194  
athletische Grundposition 238, 323  
Atlas 123  
3D-Atmung 206  
Atmung 223, 239  
– Nasenatmung 196  
Atmungsqualität 203  
Augendominanz 225  
Augenengstellung 87  
Augenfelder 173  
Augenfolgebewegungen 87  
Augenklappe 87  
Augenlieggestütz 184–186  
Augenrollnerv 40  
Augenweitstellung 87  
Ausatmung 194  
ausstrahlende Schmerzen 53  
autonomes Nervensystem 23  
Axis 123  
Azidose 195

## B

Bänder 98  
Bänderdehnung Sprunggelenk 248  
Bänderriss 243  
Basalganglien 46  
Bauchmuskel  
– gerader 202  
– innerer schräger 202  
– querer 202  
Becken, Mobilisation 117  
Beinkreisen 116  
Beinlänge 305  
Beweglichkeitstests 218  
Bewegung, Komplexität 81  
Bewegungsebenen 289  
Bewegungszintention 153  
Bewegungsmuster 217  
Bewegungsplan 153  
Bewegungsregeln 108  
Bewegungssinn 36  
Bewegungssteuerung 152  
Bewegungsumfang 54  
Binokularsehen 185  
Binokularsehtest 185  
Blackroll 86  
Blaseninkontinenz 48  
Blicksprünge 236  
– horizontale 310

Blickstabilisierung 87, 178  
Blickverfolgung 236  
Bogengänge 157  
Bogengangsystem 158  
BOLT 218, 223  
– Test 203  
Bouncen 223  
Box Breathing 244  
Breath Hold Test 203  
Brock-Schnur 87, 184–186, 270, 322, 328  
– Test 226  
Brücke 46, 196  
Brustmuskel  
– großer 201  
– kleiner 201  
– querer 202  
Burdach-Strang 92  
BWS-Mobilisation 122

## C

CAR 318, 321  
Carpenter-Effekt 32  
Cerebellum 23, 46  
C-Fasern 37  
Chiasma opticum 172  
Chopart-Gelenklinie 113  
chronisch obstruktive Atemwegserkrankung 239  
Clavicula 129  
CO<sub>2</sub>-Ausatemtest 204, 223  
CO<sub>2</sub>-Toleranz 205  
Cochlea 42  
Colliculus superior 41  
Colliculus inferior 45, 75, 174  
Colliculus superior 45, 172, 174, 187  
Commotio cerebri 243, 278  
Controlled Articular Rotation 318  
Controlled Pause Test 203  
COPD 239  
Coronainfektion 49  
Cortisol 23  
Cupula ampullaris 158

## D

Deltamuskel 129  
Depression 48, 139  
Diadochokinese-Test 72  
Diaphragma 199–200  
Divergenz 87

Divergenztraining 328  
Dreidimensionale Atmung 206  
Dreiecksatmung 209  
Drillingsnerv 40  
dynamische motorische Kontrolle 317  
Dysarthrie 48  
Dysdiadochokinese 73

## E

Easy Breath Hold Test 203  
efferente Bahnen 44  
Einatmung 194  
Einbein-Hop 225  
Einbein-Kniebeuge 225  
Einbein-Squat 317–318  
Einfach-Hop 225  
Elle 129  
Ellenbogen, Mobilisation 129  
Ellenbogengelenk 129  
Endolymphe 158–159  
Energie 24  
Entscheidung 26  
Entspannung 108  
Entspannungsfrequenz 135  
Entwicklungsprobleme 171  
Entzündungsmanagement 216  
Epicondylitis medialis 299  
Ergotherapie 171  
Eversion 147  
Expiration 194  
Exterozeption 26, 36  
extrapyramidale Bahnen 44, 102, 104

## F

Faber-Test 219  
Fallhand 139  
Farbbrille 33, 86, 188  
Farbkarten 187, 327  
Farbrezeptoren 86  
Fascial Release Tool 100  
Fasciculus cuneatus 92, 224  
Fasciculus gracilis 92, 224  
Faszien 100  
Faszienball 98  
Faszienrolle 98  
Fernsicht 226  
Fibrae corticales 70

- Finger, Mobilisation 132  
 Finger-Boden-Abstand 234–235  
 Finger-Finger-Versuch 71  
 Fingergelenke 132–133  
 Finger-Nase-Versuch 70, 231  
 Fingerperimetrie 76–77  
 Fingerwellen 133  
 flacher Affekt 48  
 Flocculus 174  
 Floss-Band 86  
 Folgebewegungen 174–175  
 Foot-Tapping-Test 75  
 Formatio reticularis 46, 94, 102, 104, 153, 157, 174  
 Fortbewegung 104  
 Frontalkortexaktivierung 327  
 Frontallappen 23, 48  
 Frontöffner 208  
 Funiculus posterior 92  
 Fußrist, Mobilisation 110
- G**  
 Ganganalyse 217  
 gaze fixation 178  
 Gedächtnisbildung 49  
 Gedankenkreisen 48  
 Gehirnerschütterung 172, 182, 278  
 Gelenkkopplung, inter-neuronale 133  
 gerader Bauchmuskel 202  
 Geräuschempfindlichkeit 53, 240  
 Geräuschlokalisation 75  
 Geschmacksprüfung 41  
 Gesichtsfeld 76  
 Gesichtsfeldausfall 172  
 Gesichtsfeldprüfung 76  
 Gesichtsnerv 41  
 Gleichgewicht 69, 157, 228, 230, 289  
 Gleichgewichtskerne 161  
 Gleichgewichtsnerv 42  
 Gleichgewichtsorgan 42  
 Gleichgewichtsstörung 53, 157, 159–160, 228, 240  
 Glenohumeralgelenk 129  
 Golferellenbogen 32, 243, 289, 299  
 Golgi-Rezeptoren 101  
 Golgi-Sehnenorgane 37  
 Goll-Strang 92  
 großer Brustmuskel 201  
 großer Kopfwender 201  
 Großhirn 23  
 Großhirnrinde 48  
 Grünbrille 33  
 Grundposition, athletische 238
- H**  
 Haarsinneszellen 159  
 Haarzellen 159  
 Halbfeldbrille 188  
 Halswirbelsäulenstabilität 322  
 Handgelenk, Mobilisation 131  
 Handrotation 72  
 head impulse test 162  
 Hering-Breuer-Reflex 194  
 Hinterhauptlappen 39  
 Hinterstrang 44  
 Hinterstrangbahn 92, 224  
 Hippocampus 49  
 Hirnnerven 37  
 Hirnrinde 48  
 Hirnstamm 23, 44, 196, 232  
 Hör- und Gleichgewichtsnerv 42  
 Hören 36  
 horizontale Blicksprünge 310  
 Hörschnecke 42  
 Hörverlust 160  
 Hüftabduktion 147  
 Hüftadduktion 142  
 Hüftbeugung 311  
 Hüftextension 147  
 Hüftflexion 142  
 Hüftgelenk, Mobilisation 116  
 Hüftstreckung 58  
 Hüftstreckung im Liegen 309  
 Humerus 129  
 HWS-Drehung 124  
 HWS-Mobilisation 123  
 Hypermetrie 174  
 Hyperventilation 239  
 Hypoxieatemtechnik 314
- I**  
 impulsives Verhalten 48  
 infinity walk 165, 223, 229, 314  
 Inhibition, neuromuskuläre 67  
 Innenohr 157  
 innerer schräger Bauchmuskel 202  
 Input 26  
 Insellappen 49  
 Inselrinde 49  
 Inspiration 194  
 inspiratorisches Atemzentrum 194  
 Insula 49  
 Integrationsübungen 327  
 Intermediärzone 47  
 interneuronale Gelenkkopplung 133  
 Interozeption 26, 36
- J**  
 Joint Mapping 325  
 jumpers knee 295
- K**  
 Kahnbein 112  
 Kältereize 81  
 Karpaltunnelsyndrom 140–141  
 Keilbein 112  
 Kiefergelenk 126  
 kleiner Brustmuskel 201  
 Kleinhirn 23, 46, 106, 157, 174  
 Kleinhirnstiel 106  
 Knee-to-Wall-Test 219  
 Knick-Senkfuß 66  
 Knie-Ferse-Versuch 74  
 Kniegelenk, Mobilisation 115  
 Kniehub 311  
 Knöchelverstauchung 248  
 Knochenschall-Kopfhörer 88  
 Kohlendioxid 205  
 Kompensationsbewegungen 108  
 Kompensationsmuster 67  
 Kompensator, sekundärer 67  
 Kontrastsehen 225  
 kontrollierte artikulare Rotation 318, 321  
 Konvergenz 87  
 Konvergenzbewegung 182  
 Konvergenztest 40, 182  
 Konvergenztraining 183, 322, 328  
 Konzentrationsstörung 48, 53, 240  
 Konzentrationsstörungen 185  
 Koordination 70, 230  
 Koordinationsstörungen 53  
 Koordinationstests 218  
 Kopf-Impuls-Test 162, 278  
 Kopf lateralflexion 56  
 Kopffrotation 55  
 Kopfschmerzen 185  
 Kopfverletzung 278  
 Kopfwender 201  
 Körperhaltung 104  
 Körperlagesinn 36  
 Kortex 48  
 Krafttests 218  
 Krallenhand 141  
 Kreuzbandriss 243  
 – vorderer 254  
 Krokodilatmung 244  
 Kurzsichtigkeit 226  
 Kutschersitz 199
- L**  
 Lamina quadrigemina 172  
 Längsgewölbe 66  
 Laserpointertraining 168  
 lateraler Fußheber 109  
 Läuferknie 32, 243, 289  
 Legasthenie 48  
 Leistenhernie 266  
 Leistenbeschmerzen 266  
 Leistungssteigerung 32  
 Lendenmuskel, quadratischer 203  
 Lhermitte-Zeichen 278  
 Lichtempfindlichkeit 53, 240  
 Ligament Stretching 100  
 Ligamente 98  
 Ligament-Pinning 99  
 Linse 182  
 Loaded Mobility 325  
 Lobus 23  
 Logopädie 171  
 Lufthunger-Übung 223  
 Lufthunger-Übungen 209  
 LWS-Mobilisation 119
- M**  
 M. biceps brachii 137  
 M. biceps femoris 260  
 – Muskelfaserriss 260  
 M. brachialis 137  
 M. brachioradialis 130  
 M. ciliaris 182  
 M. constrictor pupillae 182  
 M. coracobrachialis 137, 139–140  
 M. deltoideus 129, 136  
 M. digastricus 41

- M. extensor carpi radialis 130  
M. gluteus maximus 61  
M. gluteus, Krafttest 309  
M. gluteus maximus 62  
M. gluteus medius 66  
– Test 319  
M. iliacus 146  
M. iliopsoas 146  
M. intercostalis internus 199  
M. longus colli 61, 64  
M. masseter 40  
M. multifidus 61  
M. mylohyoideus 41  
M. obliquus externus 199  
M. obliquus internus 199  
M. obliquus internus abdominis 202  
M. obliquus superior 40, 182  
M. obturatorius 142  
M. opponens digiti minimi 65  
M. pectineus 144, 146  
M. pectoralis major 199, 201  
M. pectoralis minor 137, 199, 201  
M. psoas major 61, 63  
M. quadratus lumborum 199, 203  
M. quadriceps femoris 146  
M. rectus abdominis 199, 202  
M. rectus lateralis 41, 183, 310  
M. rectus medialis 182–183  
M. serratus anterior 199–200  
M. serratus posterior inferior 199  
M. serratus posterior superior 199  
M. sternocleidomastoideus 43, 199, 201  
M. tensor palati 41  
M. tensor tympany 41  
M. teres minor 136  
M. tibialis posterior 66  
M. transversus abdominis 61, 63, 199, 202  
M. transversus thoracicus 199  
M. transversus thoracis 202  
M. trapezius 43, 127  
M. triceps brachii 139
- Makulaorgane 157, 159  
Mandelkern 49  
Mechanorezeptoren 37  
Mediale Sprunggelenkmobilisation 110  
Medulla oblongata 46, 194, 196  
– Atemübung 210  
Mesenzephalon 45, 196, 209  
Metrik 174  
Midline Basics 61  
midline stability 61  
Mirwald-Methode 246  
Mittelhirn 45, 94, 196, 209  
Mittelhirnaktivierung 322  
Mm. intercostales externi 199  
Mm. levatores costarum 199–200  
Mm. scaleni 202  
Mm. scaleni 199  
Mobilitätsassessment 55  
Motivationsprobleme 48  
motorische Bahnen 102  
motorische Rigidität 48  
Müdigkeit 185  
Mundatmung 196  
Muskelfaserriss, M. biceps femoris 260  
Muskelfunktionstests 218  
Muskelform 289  
Muskelspannung 104  
Muskelspindeln 37  
Muskeltests 60  
Muskeltonus 240  
– erhöht 53  
Mustergenerator, zentraler 133
- N**
- N. abducens 41, 174, 182, 310  
N. accessorius 43  
N. axillaris 135  
N. ophthalmicus 161  
N. cutaneus femoris lateralis 144, 146  
N. facialis 41  
N. femoralis 146  
N. fibularis communis 148  
N. glossopharyngeus 42  
N. hypoglossus 44  
N. ischiadicus 148  
N. mandibularis 40  
N. maxillaris 40  
N. medianus 140  
N. musculocutaneus 137
- N. obturatorius 142  
N. oculomotorius 39, 174, 182–183, 225  
N. olfactorius 38  
N. ophthalmicus 40  
N. opticus 39, 225  
N. peroneus communis 148–149  
N. radialis 139  
N. saphenus 146  
N. suralis 148, 151  
N. tibialis 148–149  
N. trigeminus 40, 88, 309  
N. trochlearis 40, 174, 182, 225  
N. ulnaris 141  
N. vagus 43  
N. vestibularis 161  
N. vestibulocochlearis 42, 88, 158, 160, 228, 236  
Nachstellsakkade 174, 176, 179  
Nackentraining 167  
Nadelrad 98  
Nah-fern-Augentraining 322  
Nahsicht 226  
Narben 53, 100  
Narben-Rezeptoraktivierung 101  
Narben-Vektor-Stretch-Technik 101  
nasale Wechsellatmung 313  
Nasenatmung 196  
Nasennebenhöhlen 196  
Nasenzyklus 196  
Ncl. fastigii 176  
Ncl. flocculus 176  
Ncl. paraflocculus 176  
near point of accommodation 183  
near point of convergence 183  
Nervensystem 23, 35  
– autonomes 23  
– parasympathisches 23  
– peripheres 23  
– somatisches 23  
– sympathisches 23  
neural lock 61  
Neuro- Sport- Assessmentbogen 224, 226  
Neuro-Assessment 216  
neuromuskuläre Inhibition 67  
Nijmegen-Fragebogen 210, 218, 239  
Nodus 174  
Nozizeption 94  
Nucl. ambiguus 46
- Nucl. fastigialis 174  
Nucl. gracilis 46  
Nucl. mesencephalicus nervi trigemini 40  
Nucl. motorius nervi trigemini 41  
Nucl. pontinus nervi trigemini 40  
Nucl. ruber 46, 104, 107  
Nucl. spinalis nervi trigemini 41  
Nucl. vestibularis 46, 161  
Nucl. vestibularis caudalis 161  
Nucl. vestibularis lateralis 161  
Nucl. vestibularis rostralis 161  
numerische Ratingskala 217  
Nystagmus, optokinetischer 180
- O**
- oberes Sprunggelenk 114  
Oberkörperstabilität 324  
Okzipitallappen 23, 39, 49, 225  
optokinetischer Nystagmus 180  
optokinetischer Reflex 180  
Os cuneiforme 112  
Os lunatum 131  
Os naviculare 112  
Os scaphoideum 131  
Os triquetrum 131  
Ossa metacarpalia 132  
Otolithen 157, 159  
Output 27
- P**
- Pacini-Körperchen 37  
Paraflocculus 174  
parasympathisches Nervensystem 23, 43  
Parietallappen 23, 48, 223  
Patellaspitzenyndrom 295  
Patella-Tendinopathie 243  
PECH 216  
Pedunculus cerebellaris inferior 107  
Pedunculus cerebellaris medius 106  
Pedunculus cerebellaris superior 106  
pencil push up 184

- Peripheral Awareness Chart 187  
 periphere Nerven 37, 135  
 periphere Wahrnehmung 77, 327  
 peripheres Nervensystem 23  
 peripheres Sehen 76, 225  
 Perseveranz 48  
 Perturbation 70, 81  
 Phalanx proximalis 132  
 pH-Wert 195, 203  
 pistol squat 225  
 Pistol-Squat-Bewegung 317  
 Plantarfasziitis 32, 289  
 Plattfuß 66  
 pneumotaktisches Atemzentrum 194  
 Pons 46, 194, 196, 210  
 Pons-Aktivierung 313  
 Pontocerebellum 47  
 Pontomedullary Reticular Formation 197  
 positional release 99  
 post concussion syndrom 172  
 postisometrische Relaxation 306  
 postkommotionelles Syndrom 172  
 posturale Kontrolle 171  
 Prävention 31  
 Präventivdiagnostik für den bezahlten Sport 218  
 Pre-Injury-Screening 218  
 Presets 216  
 primär-motorische Rinde 70  
 Processus styloideus radii 131  
 Processus styloideus ulnae 131  
 Pronation 139  
 Prone Hip Extension 309  
 Propriozeption 26, 36, 47, 91–92  
 propriozeptives System 91, 157  
 Pupille 182  
 Pupillenreflex 183–184  
 Pursuits 175  
 pyramidale Bahnen 44, 102  
 Pyramidenbahn 70
- Q**  
 quadratischer Lendenmuskel 203  
 Qualitätssicherung, Bewegungsplan 153  
 querer Bauchmuskel 202  
 querer Brustmuskel 202
- R**  
 Radiokarpalgelenk 131  
 Radius 129  
 range of motion 54, 218  
 Rasterbrille 87  
 räumliche Orientierung 157  
 Referred Pain 98  
 Reflexbögen 157  
 Reflexzone  
 – Hüftbeuger 312  
 – Kiefer/Nacken 309  
 – Rücken 311  
 Rehabilitation 32  
 Rehabilitationsprozess 218  
 Reisekrankheit 48, 53, 240  
 Reizverständnis 26  
 Reizweiterleitung 26  
 Relaxation, postisometrische 306  
 Re-Test 53  
 Return to Activity 244  
 Return to Competition 245  
 Return to Play 244  
 Return to Sport 244  
 Return to Training 244  
 Rezeptoraktivierung bei Narben 101  
 Rezeptoren 36  
 – interstitielle 37  
 Rhythmic Loaded Joint Mapping 325  
 Rhythmik 82  
 Richtungswechsel 325  
 Riechen 36  
 Riechnerv 38  
 Riechöle 88  
 Rippenheber 200  
 Romberg 289  
 Romberg-Test 69, 218, 228  
 – Tandemvariante 228  
 Romberg-Test mit Perturbation 230, 315  
 Rotation, Wirbelsäule 312  
 Rückbeuge 60, 313  
 Rückenmark 23, 44  
 Rumpfbeuge 58
- Rumpfkraft, ventrale 307  
 Rumpfrotation 58  
 Rumpfrotationstest 236  
 Rumpfstabilität 61  
 run and throw 244  
 runners knee 32, 289  
 Rust-Zeichen 278
- S**  
 Sacculus 157, 159, 229  
 Sacculus-Stimulation 316  
 Sägemuskel 200  
 Sakkaden 87, 174, 179, 236  
 Sakkadengeschwindigkeit 171  
 Sauerstoff 24  
 Scapula 127  
 Schambeinbeschwerden 243  
 Schläfenlappen 49  
 Schlüsselbein 129  
 Schlüsselfaktoren 216  
 Schmecken 36  
 Schmerz 27  
 Schmerzdiagnostik 53  
 Schmerzen, ausstrahlend 53  
 Schreckreaktion 99  
 Schreckreflex 157  
 Schulterabduktion 57, 139, 141  
 Schulteradduktion 141  
 Schulterblatt 127  
 Schultereckgelenk 127  
 Schulterflexion 56  
 Schultergelenk 129  
 Schulterluxation 243  
 Schultermobilisation 127  
 Schulterrotation 57, 73  
 Schutzreflexe 80  
 Schwindel 157, 185  
 Schwurhand 140  
 Seekrankheit 53, 240  
 Seescheide 25  
 Sehbahnkreuzung 172  
 Sehen 36, 225  
 Sehen, peripheres 76  
 Sehnerv 39  
 Sehstörung 240  
 Sehstörungen 53  
 Sehtest, Snellen 226  
 Sehübungen 39  
 Seitenstrang 44  
 Seitöffner 208  
 sekundärer Kompensator 67  
 Sensibilitätsstörung 53, 240
- Sensorik 91  
 sensorisches System 91  
 Sharp-Purser-Test 278  
 Shuffle Drill 327  
 side shuffle 223  
 Simultansehen 225–226  
 single leg landing error scoring system 221  
 Single Leg Raise 234, 306  
 Sinus tarsi 111  
 Skapula, Aktivierung 127  
 Skoliose 53, 240  
 SL-LESS 221  
 Snellen-Haken 226  
 Snellen-Sehtest 226  
 somatisches Nervensystem 23  
 Spannungsfrequenz 135  
 Speiche 129  
 Spindelzellkompression 68  
 Spinocerebellum 47  
 Sport-Assessmentbogen 224, 226  
 Sport-Neuro-Assessment 216  
 Springerknie 295  
 Sprunggelenk  
 – Mobilisation 108  
 – unteres 108  
 Sprunggelenksverletzung 248  
 Stabilität der Halswirbelsäule 322  
 stacking 176  
 Stacks 245  
 Stammhirnaktivierung 308  
 Stand, Beweglichkeit 311  
 Star Excursion Balance Test (SEBT) 220  
 Star-Excursion-Balance-Test (SEBT) 225  
 startle response 99  
 Stehreflex 157  
 Stereognosie 92  
 Sternenschritt 325  
 Stickstoffmonoxid 196  
 Stress 28  
 Stressreaktion 24, 81  
 Strobobrille 328  
 Stroop-Karte 327  
 Stufenatmung 208  
 Superband 86–88  
 Supination 140–141  
 Suppression 185  
 sympathisches Nervensystem 23

**T**

Tachykardie 49  
 taktile Lokalisation 92  
 Talus, Mobilisation 114  
 Tape 85  
 Tasten 36  
 Tätowierungen 53  
 Taubheitsgefühl 53, 240  
 Tectum 94  
 Temperaturempfinden 94  
 Temporallappen 23, 49, 228  
 Thalamus 153  
 Thomas-Test 219  
 Thorakolumbalfaszie 63  
 Tiefenwahrnehmung 297  
 Tinnitus 53, 88, 240  
 Tractus corticonuclearis 103  
 Tractus corticopontocerebellaris 107  
 Tractus corticospinalis 70, 102, 153  
 Tractus reticulospinalis 47, 104  
 Tractus rubrospinalis 104  
 Tractus spinocerebellaris 44, 94, 98, 107, 224  
 Tractus spinomesencephalicus 94  
 Tractus spinoreticularis 94  
 Tractus spinotectalis 94  
 Tractus spinothalamicus 224  
 Tractus spinothalamicus anterior 94  
 Tractus spinothalamicus lateralis 94  
 Tractus tectospinalis 104

Tractus vestibulocerebellaris 107  
 Tractus vestibulospinalis 47, 104  
 Trainingsintensitäten 81  
 Trainingsmaterialien 85  
 Trainingstherapie, Einflussfaktoren 20, 80  
 transkranielle Magnetstimulation 46  
 Transparenz 82  
 Treppenmuskeln 202  
 Trizepsschlitz 139  
 Trunk-Stability-Push-up 225

**U**

Überlastungsprobleme 289  
 übertragene Schmerzen, *siehe* Referred Pain  
 Ulna 129  
 Ulnarabduktion 139  
 unteres Sprunggelenk 108  
 Utriculus 157, 159, 229  
 Uvula 174

**V**

Vagusnerv 43  
 Vektor-Stretch-Technik 101  
 ventrale Rumpfkraft 307  
 ventrale Schulterluxation 272  
 Vergenz 182  
 Vergenzübungen 87

verlängertes Rückenmark 46, 196  
 Verletzung 216  
 Vermis 47, 182  
 Vermis dorsalis oculomotoris 174  
 vertikale Blickverfolgung 323  
 Vertrauen 82  
 vestibuläres System 157  
 Vestibularorgan 42, 53, 157  
 Vestibulocerebellum 47  
 vestibulookulärer Reflex 158, 162, 180, 314, 324  
 vestibulospinaler Reflex 165  
 Vibration 81, 85  
 Vibrationsstab 85  
 Viererzeichen 219  
 Vierhügelplatte 75, 172  
 Vision Sticks 87  
 visueller Kortex 49  
 visuelles Screening 175  
 visuelles System 157, 171  
 visuelles Training 175  
 Visustafel 322  
 Vitality Flossing 86  
 Vitality Screening 218  
 Vorbeuge 311  
 VOR-C 163, 229, 324  
 VOR-cancellation 163  
 VOR-Chart 324  
 vorderer Kreuzbandriss 254  
 Vorderseitenstrangsystem 94  
 Vorderstrang 44  
 VOR-Unterdrückung 163

**W**

Wahrnehmung, periphere 77  
 Wechselatmung, nasale 313  
 Werferschulter 243, 272  
 Widerstand 81  
 Widerstandsbänder 86  
 Wiederholungszahl 81  
 Wiederholungszahlen 108  
 Willkürsakkade 180  
 Wirbelsäulenmobilisation 119, 126  
 Wirbelsäulenrotation 312  
 Wrapping 86

**Z**

Zapfen 86  
 zentraler Mustergenerator 133  
 Zerebellum 106  
 zervikookulärer Reflex 183  
 Zielbewegung 214  
 Zungen-Rachen-Nerv 42  
 Zwei-Punkt-Diskrimination 92, 224  
 Zwerchfell 199–200  
 Zwerchfellatmung 307  
 Zwerchfelldehnung 207