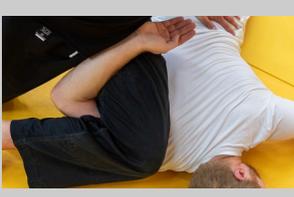
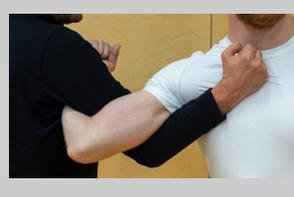
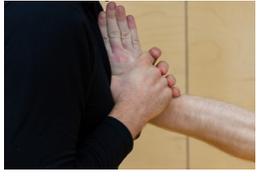


## Beispiele der angewandten Hebelprinzipien an den Gelenken des Armes

	Finger	Handgelenk	Ellbogen	Schulter
Strecken				
Beugen				
Drehen				
Seitwärtsbewegen				
Kombination				

## Beispiele der angewandten Hebelprinzipien an den Gelenken des Beins

	Hüfte	Knie	Fuß
Strecken			
Beugen			
Drehen			
Seitwärts bewegen			
Kombination			

	Strecken	Beugen	Drehen	Seitwärts Bewegen	Kombination
Finger					
Handgelenk					
Ellenbogen					
Schulter					
Hüfte					
Knie					
Fußgelenk					

