

Translatorisches Gleiten



ILLUSTRATION
CHRISTOPH KUTTA

WARUM?

Ungleichmäßige Spannungsverhältnisse der Muskulatur im Kieferbereich können zu vielseitigen Beschwerden führen.

DARUM!

Um die Spannungsverhältnisse zu korrigieren und die Biomechanik zu verbessern, wird der Unterkiefer in Kombination mit einer leichten Mundöffnung nach vorne geschoben.

WICHTIG:

Diese Übung sollte mit mehreren Wiederholungen durchgeführt werden.

HB
PHYSIO

© Alle Rechte vorbehalten.
www.hbphysio.de