



## **Ergonomieassoziierte Leistungsdiagnostik mit Kompetenz und modernster Technik**

Ob Sie im Berufsalltag mit schweren Lasten arbeiten oder viel sitzen: Ihr Bewegungsapparat ist Ihre entscheidende Ressource. Eine Bewegungsanalyse bietet dafür vom Prinzip her eine umfassende Inspektion mit daraus resultierenden personalisierten Empfehlungen.

Berufstätige können in einem Bewegungslabor mehr über ihre typischen Bewegungsabläufe erfahren. Dadurch können sie ihre Haltung, Beweglichkeit oder Kraft verbessern, aber auch Verletzungen und Folgeschäden vorbeugen. Auch jemand, der bereits aufgrund einer muskuloskelettalen Erkrankung oder Verletzung behandelt oder operiert wurde, kann sich durch diese präzise Visualisierung wieder gezielt an die Belastung herantasten. Sportmedizinische Behandlungsansätze oder Trainingspläne werden so individuell auf die Berufstätigen zugeschnitten.

### **Wann kann eine Bewegungsanalyse für Berufstätige von Nutzen sein?**

**Eine Bewegungsanalyse kann für Menschen mit einem Beruf, der den Bewegungsapparat stark beansprucht, von grossem Nutzen sein.**

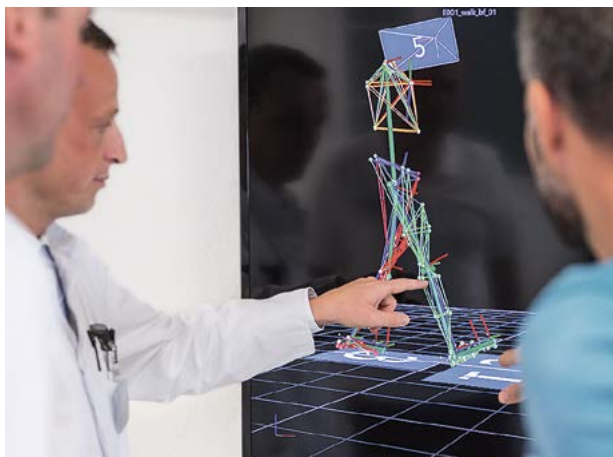
- Haltungs-, Bewegungs- und Leistungsoptimierung
- Prävention von Verletzungen und Belastungsschäden
- Return-to-Work nach Verletzungen oder Operationen
- andere ergonomieassoziierte Fragestellungen

## Leistungen des Bewegungslabors

- Bewegungs-, Lauf- und funktionale Leistungsdiagnostik
- ergonomieassoziierte Analysen

## Kosten

- Eine Bewegungsanalyse mit schriftlichem Befund kostet 150–300 CHF je nach zeitlichem Aufwand.
- Weitere Beratungen und sportspezifische Analysen werden ebenfalls nach Aufwand verrechnet.
- Gerne erstellen wir bei Interesse eine individuelle Offerte für Einzelabklärungen oder ein Firmenangebot, bezogen auf die Fragestellung.



# Typischer Ablauf

## Wann?

## Was?

---

### Sprechstunde

Die Sportmedizinerinnen und Sportmediziner der Universitätsklinik Balgrist stellen die Indikation für die Untersuchung und informieren über die Methode und deren Nutzen.

---

### Bewegungsanalyse

Die Bewegungsanalyse dauert in Abhängigkeit der Fragestellung zirka 30–90 Minuten. In einer klinischen Untersuchung werden Gelenkbeweglichkeit und Muskelkraft getestet, wie auch Grösse, Gewicht und die Beinlängen ausgemessen. Reflektierende Marker (kleine Kugeln) werden am Körper auf der Haut angebracht. Mit diesen Markern am Körper werden nun leistungsdiagnostische und arbeitsspezifische Bewegungen durchgeführt. Video- und Infrarotkameras sowie Druck- und Kraftmessplatten nehmen die Bewegungen und Belastungen auf. Zusätzlich zeichnen Elektroden wie bei einem EKG des Herzens die Muskelaktivität auf. Mittels moderner Computeranimation wird das individuelle Bewegungsmuster dargestellt.

---

### Nachbesprechung

Die Bewegungsanalyse Zürich bietet die Möglichkeit, den Befund mit dem interdisziplinären Spezialistenteam der Sportmedizin zu besprechen. Hierfür ist eine zusätzliche Terminvereinbarung notwendig.

---

#### Bitte mitbringen!

- kurze, enganliegende Hose und Trägerhemd oder Top
- alternativ: Bikini oder kurze Badehose
- eigene Berufsschuhe und gegebenenfalls Ausrüstung

#### Zur Information:

- Im Bewegungslabor hat es Umkleidemöglichkeiten.

## Das Team der Bewegungsanalyse Zürich



**Ärztliche Leitung**

Prof. Dr. med. Thomas Dreher



**Ärztliche Leitung**

Prof. Dr. med. Johannes Scherr



**Wissenschaftliche Leitung**

PD Dr. Jörg Spöri



**Wissenschaftliche Leitung**

Dr. Britta Krautwurst



**Operative Leitung**

Dr. Gerda Strutzenberger



**Operative Leitung / Stv.**

Mark Huybrechts



**Sekretariat, Administration**

Nathalie Gloor

## Anfahrt

Die Bewegungsanalyse Zürich befindet sich an der Forchstrasse 361 in 8008 Zürich. Das Gebäude ist schräg gegenüber des Haupteingangs der Universitätsklinik Balgrist. Die Untersuchungsräume sind im Untergeschoss untergebracht. In der Parkgarage des Gebäudes stehen zwei Parkplätze zur Verfügung. Weitere Parkplätze befinden sich auf dem Areal der Universitätsklinik Balgrist. Durch die Garage erreichen Sie den Eingang zur Bewegungsanalyse.



## Bewegungsanalyse Zürich

Eine Kooperation des  
Universitäts-Kinderspitals Zürich und der  
Universitätsklinik Balgrist

Standort: Forchstrasse 361, 8008 Zürich, Schweiz  
Postadresse: Forchstrasse 340, 8008 Zürich, Schweiz

### Sekretariat

Mo.–Do. 8.30–12 Uhr / 13–17 Uhr  
T + 41 44 386 56 99  
bewegungsanalyse@balgrist.ch

[www.bewegungsanalysezuerich.ch](http://www.bewegungsanalysezuerich.ch)  
oder über die Websites der Kooperationspartner:  
[www.balgrist.ch](http://www.balgrist.ch)  
[www.kispi.uzh.ch](http://www.kispi.uzh.ch)