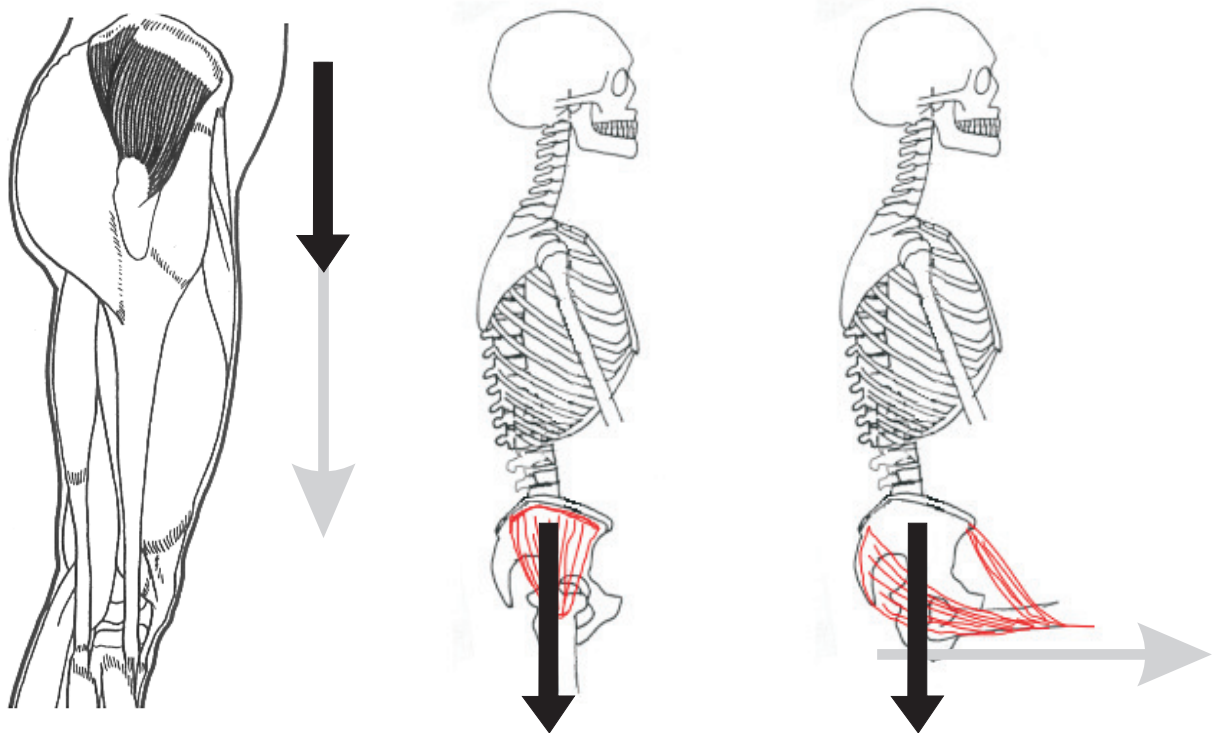


Muskelbeteiligung bei Bewegungen ist abhängig von der Bewegungsamplitude.

Am Start einer Bewegung sind oftmals andere Synergisten aktiv, wie in der Mitte der Bewegung oder am Ende. So ist z. B. die Abduktion des Beines in der Hüfte am Beginn in erster Linie durch m.glutaeus medius, m.glutaeus minimus und m.tensor fasciae latae geprägt. Mit zunehmender Abspreizung werden auch für den m.rectus femoris und den m.iliopectus die Winkelverhältnisse arbeitsgerecht und am Ende ist sind auch Faseranteile des m.glutaeus maximus beteiligt. Mit der Veränderung der Muskelbeteiligung wird aber auch die Kraftbeteiligung verändert.

Bei der Beinabduktion bleibend ist es wichtig zu wissen, dass **mit gestreckter Hüfte** der m.glutaeus medius, m.glutaeus minimus die Hauptakteure sind, bei **zunehmend gebeugter Hüfte** ist jedoch die Faserrichtung dieser beiden Muskeln fast quer zur Bewegungsrichtung, so dass dann der m.glutaeus maximus und der m.tensor fasciae latae zu den wichtigsten Abduktionsmuskeln aufsteigen.



Am anderen Beispiel ist die **Funktionsumkehr** des m.piriformis gut erkennbar. In der Neutralstellung ist er Außenrotator und Beuger (und abduziert) in der Hüfte. Bei starker Hüftbeugung (ab ca. 60°) rotiert er nach innen und hilft mit bei der Streckung. Die Abduktionsfunktion bleibt jedoch erhalten (am 60°-Umkehrpunkt abduziert er nur).

