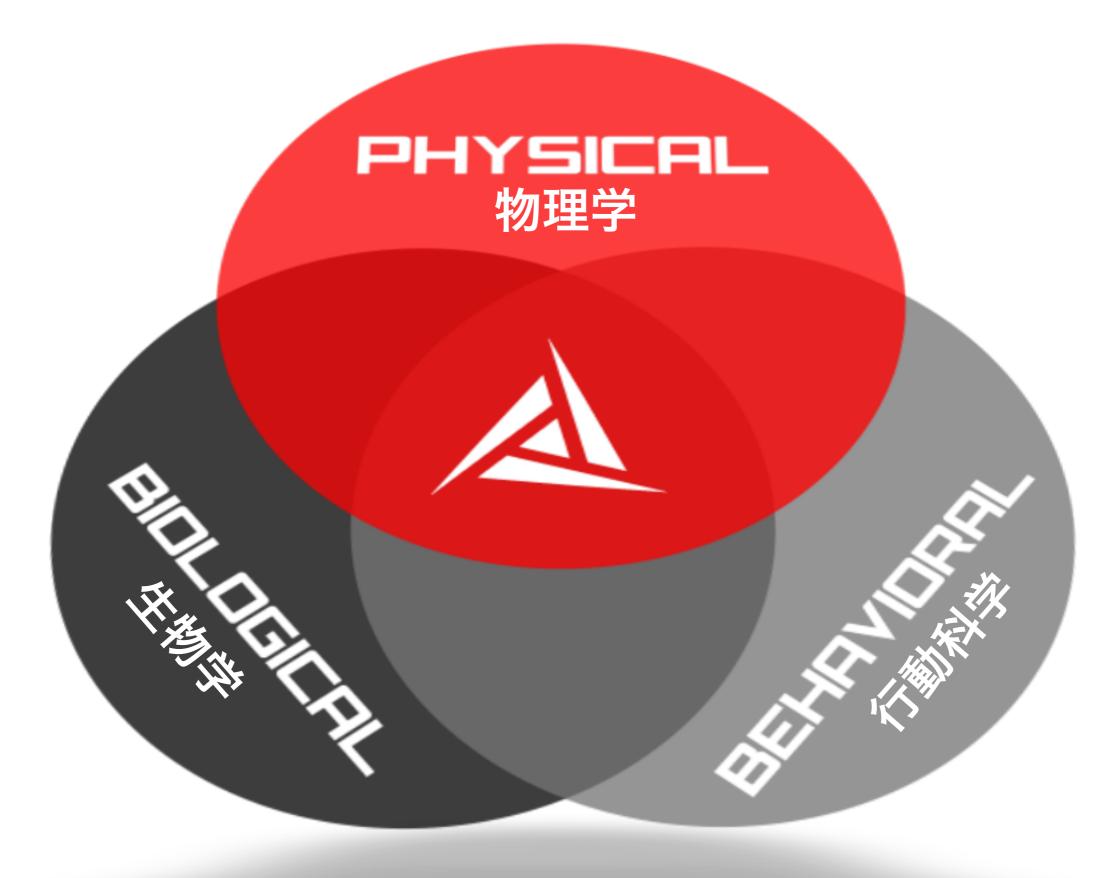


肩帯へのファンクショナルなアプローチ: 障害予防とリハビリテーション

Dr. Gary Gray

Applied Functional Science®

アプライドファンクショナルサイエンス® 応用機能科学



Applied Functional Science® アプライドファンクショナルサイエンス®



アプライドファンクショナルサイエンス®

ミッション

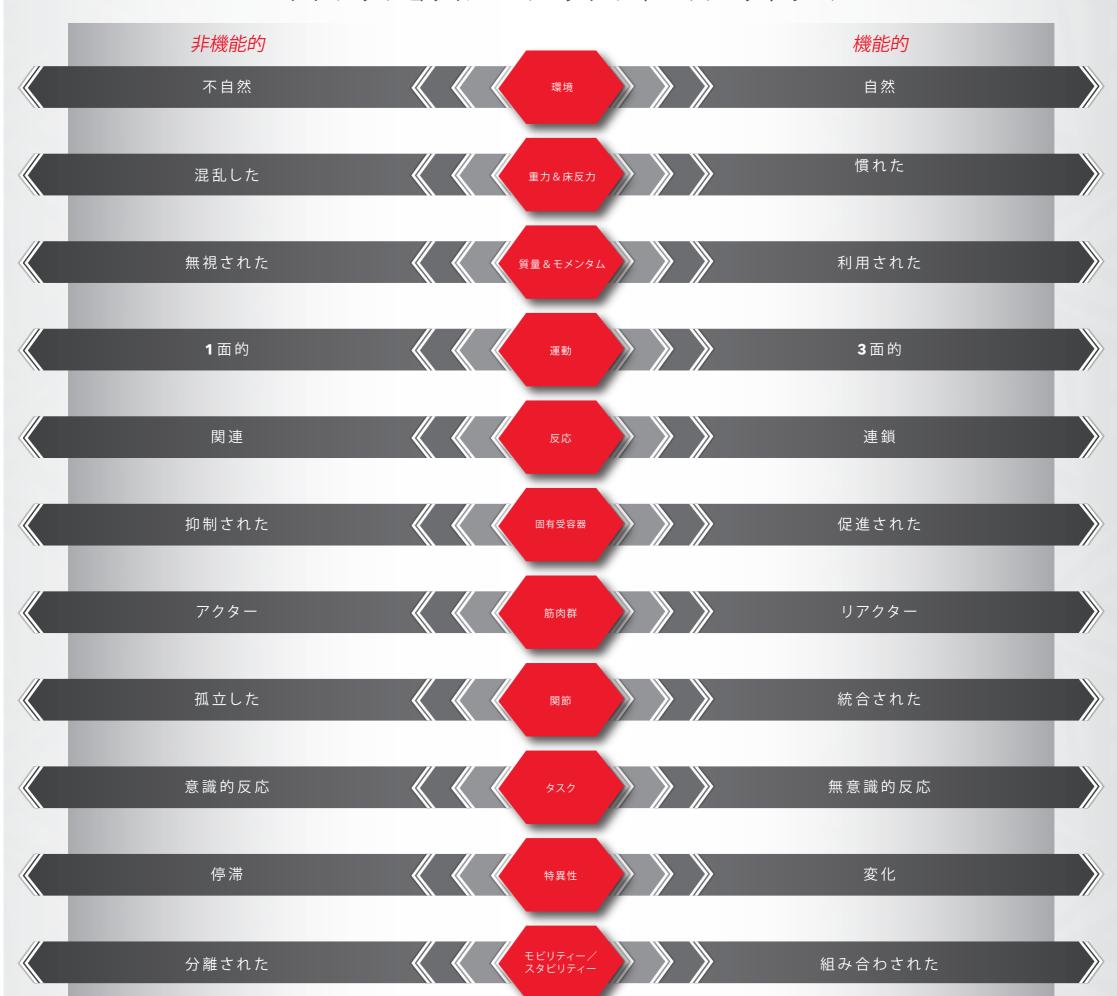
望むチェーンリアクション機能を 促進するための本質的ドライバーの 使用を伴う各個人に対応した環境 の創造と管理を通して、各個人 のトランスフォーメーション・変革 を励まし勇気づけること

原理原則 変化した テクニック リハビリ トレーニング

The Functional Spectrum

ファンクショナルスペクトラム

ファンクショナル ムーブメント スペクトラム



Chain Reaction® Biomechanics

チェーンリアクションバイオメカニクス®



矢状面 前額面 水平面
屈曲/伸展 外転/内転 内旋/外旋



矢状面 前額面 水平面
 屈曲/伸展 右側屈/左側屈 右回旋/左回旋



 矢状面
 前額面
 水平面

 屈曲/伸展
 外転/内転
 水平外転/水平内転

Peltrunkularus

ペルトランキュララス

Pelvis-Trunk-Scapula-Humerus

骨盤 体幹 肩甲骨 上腕骨

屈曲 伸展 外転 内転 水平外転 水平内転

Load to Explode ロード トゥ エクスプロード

股関節ロード

同側 屈曲

同側 伸展

反対側 内転

同側 内転

反対側 内旋

同側 内旋

屈曲

伸展

外転

内転

水平外転

水平内転

股関節エクスプロード

同側 伸展

同側 屈曲

反対側 外転

同側 外転

反対側 外旋

同側 外旋





OVERHAND THROWING SEQUENCE

TRANSFORMATIONAL ZONE ANALYSIS



GOLF SWING SEQUENCE TRANSFORMATIONAL ZONE ANALYSIS



BACKSWING

TRANSFORMATIONAL ZONE ANALYSIS

RADIAL DEVIATION TO RADIAL DEVIATED ELBOWS

FLEXION TO FLEXED
EXTENSION TO EXTENDED

HORIZONTAL ABDUCTION TO HORIZONTALLY ABDUCTED FLEXION TO FLEXED ADDUCTED HORIZONTALLY ABDUCTED HORIZONTALLY ABDUCTED FLEXION TO FLEXED ABDUCTION TO ABDUCTED

CERVICAL SPINE

FS ROTATION TO FS ROTATED BS LATERAL FLEXION TO BS LATERALLY FLEXED THORACIC SPINE

EXTENSION TO EXTENDED
FS LATERAL FLEXION TO FS LATERALLY FLEXED
BS ROTATION TO BS ROTATED

LUMBAR SPIN

EXTENSION TO EXTENDED
BS LATERAL FLEXION TO BS LATERALLY FLEXED

HIPS

ADDUCTION TO ADDUCTED
INTERNAL ROTATION TO INTERNALLY ROTATED

EXTENSION TO FLEXED ABDUCTION TO ABDUCTED EXTERNAL ROTATION TO EXTERNALLY ROTATED

EXTENSION TO FLEXED ADDUCTION TO ABDUCTED

FLEXION TO FLEXED

KNEES

FLEXION TO FLEXED ABDUCTION TO ABDUCTED

ANKLES

DORSIFLEXION TO DORSIFLEXED

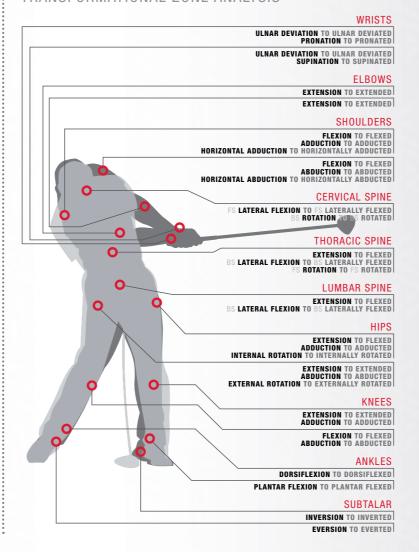
PLANTAR FLEXION TO DORSIFLEXED

INVERSION TO EVERTED

EVERSION TO EVERTED

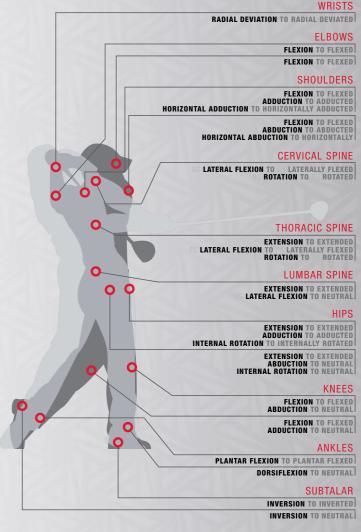
FOLLOW THROUGH

TRANSFORMATIONAL 70NF ANALYSIS



FULL FOLLOW THROUGH

TRANSFORMATIONAL ZONE ANALYSIS













OPPOSITE SIDE LATERAL CHAIN REACTION®



SAME SIDE ROTATIONAL CHAIN REACTION®



OPPOSITE SIDE ROTATIONAL CHAIN REACTION®

Shoulder to Overhead 肩から頭上へ

Hip to Shoulder 股関節から肩へ

Knee to Shoulder With Lunge Matrix 膝から肩へ ランジを伴うマトリックス

Ankle to Overhead With Lunge Matrix 足首から肩へ ランジを伴うマトリックス

3D MAPS

3D MAPS Opposite In Plane 反対側 インプレーン

3D MAPS
Out of Plane
アウトプレーン

3D MAPS Hybrid Hands ハイブリットハンド

3D MAPS
Pivots
ピポット

Jumping Jacks ジャンピングジャック

Push Press Pull Curl プッシュプレス プルカール

リハビリのストラテジー

Thank You