Definition Punktwerte (1-4) zur anteiligen Umrechnung der Punkte

Punktwert
Anteil

1 2 3 4
0% 50% 75% 100%

		Nacken	oberer Rücken (BWS)	unterer Rücken (LWS)	Schulter	Oberarm	Ellenbogen-gelenk	Unterarm	Handgelenk	Hand	Hüfte	Ober-schenkel	Knie	Unter-schenkel	Sprung-gelenk	Fuß	Herz-Kreislauf-System	
Stehen (und Gehen)		Stehen & Gehen im Wechsel, Stehen m. Abstützung	1	3	4	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1
		0	0,75	1	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0
		Stehen, keine Abstützung	1	3	4	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	2
		0	0,75	1	0	0	0	0	0	0	0	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,5
		Stehen, nach vorn gebeugt (20-60°)	2	4	4	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	2
		0,5	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,5
		Stehen, nach vorn gebeugt (20-60°) Mit geeigneter Abstützung	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
		0,5	0,75	0,75	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
	Stehen, stark gebeugt (>60°)	2	4	4	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	4	
	0,5	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	1	
	Stehen, stark gebeugt (>60°) Mit geeigneter Abstützung	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	
	0,5	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,75	
	Stehen, Aufrecht, Ellenbogen auf/über Schulterhöhe	2	3	4	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	
	0,5	0,75	1	1	0,75	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	
	Stehen, Aufrecht, Hände über Kopfhöhe	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	
	0,75	0,75	1	1	1	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	1	
Sitzen		Sitzen, Aufrecht mit Rückenstütze, ggf. leicht nach vorne/hinten geneigt	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
		0	0,5	0,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Sitzen, Aufrecht ohne Rückenstütze	1	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
		0	0,75	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Sitzen, Nach vorn gebeugt	3	4	4	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2
0,75		1	1	0,75	0,75	0,5	0,5	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0,5	
	Sitzen, Ellenbogen auf/über Schulterhöhe	3	3	4	3	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	
	0,75	0,75	1	0,75	0,75	0,5	0,5	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0,5	
	Sitzen, Hände über Kopfhöhe	4	3	4	4	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	
	1	0,75	1	1	1	0,5	0,5	0,75	0,75	0,5	0,5	0,75	0,5	0,5	0,5	0,5	0,75	
Knien oder Hocken		Knien, Aufrecht	1	2	3	1	1	1	1	1	1	3	3	4	3	3	3	3
		0	0,5	0,75	0	0	0	0	0	0	0	0,75	0,75	1	0,75	0,75	0,75	0,75
		Knien, Nach vorn gebeugt	4	3	4	4	4	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4
1		0,75	1	1	1	0,5	0,5	0,75	0,75	0,75	0,75	1	0,75	0,75	0,75	1	1	
	Knien, Ellenbogen auf/über Schulterhöhe	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	
	1	0,75	1	1	1	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	0,75	1	0,75	0,75	0,75	1	
Liegen & Klettern		Liegen auf Rücken, Brust oder Seite, Arme über Kopf	1	2	2	4	4	3	3	4	4	1	1	1	1	1	1	2
		0	0,5	0,5	1	1	0,75	0,75	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0,5
		Klettern	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	4
		0,5	0,75	0,75	1	1	1	1	1	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	1
		(Treppe) steigen	1	3	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3
0		0,75	0,75	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,75	
	Rad fahren	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	3	
	0,5	0,75	0,75	1	1	1	1	1	1	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,75	
Asym-metrie und Reich-weite		Asym. Kopfdrehung/ neigung	4	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
		1	0,75	0	0,75	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Asym. Rumpfdrehung	1	4	4	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
		0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
		Asym. Rumpfnäigung	1	4	4	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
		0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0
	Reichweite	3	2	2	4	4	4	4	4	2	2	1	1	1	1	1	1	
	0,75	0,5	0,5	1	1	1	1	1	0,5	0,5	0	0	0	0	0	0	0	