

## SCHULTERGELENK (Articulatio humeri) - Kugelgelenk

Achse	Ebene	Bewegungsart	Ausmaß	Muskeln	Innervation
Transversal	Sagittal	Anteversion (Elevation)	90° (150-180°)	M.deltoideus pars clavicularis M.pectoralis major pars clavicularis M.coracobrachialis	N.axillaris  Nn.pectorales med.et lat.  N.musculocutaneus
		Retroversion	40° (50°)	M.deltoideus pars spinata M.latissimus dorsi M.teres major	N.axillaris  N.thoracodorsalis N.subscapularis
Sagittal	Frontal	Abduktion (Elevation)	90° 160-170°	M.deltoideus pars acromialis M.supraspinatus	N.axillaris  N.suprascapularis
		Adduktion	5-10°	M.deltoideus pars clavicularis pars spinata M.pectoralis major M.latissimus dorsi M.teres majos M.coracobrachialis	N.axillaris  Nn.pectorales med.et lat. N.thorakodorsalis N.subscapularis N.muskulocutaneus
Longitudinal	Transversal	Innenrotation	80° (80-90°)	M.deltoideus pars clavicularis M.subscapularis M.teres major M.pectoralis major M.latissimus dorsi	N.axillaris  } N.subscapularis Nn.pectorales med.et lat. N.thoracodorsalis
		Außenrotation	50-70° (90°)	M.deltoideus pars spinata M.infraspinatus M.supraspinatus M.teres minor	N.axillaris  } N.suprascapularis N.axillaris

(In Klammern = maximale Bewegungsauslässe mit Hilfe des Schultergürtels)

Die Zirkumduktion (Kreiselung) des Armes umfasst alle Bewegungsformen Anteversion, Abduktion, Retroversion und Adduktion) in der Longitudinalachse.

## ELLBOGEGELENK (Art. cubiti) - (Trochoginglymus)

Achsen	Achsen	Bewegungsart	Ausmaß	Muskeln	Innervation
Transversal	Transversal	Flexion	130-140°	M.biceps brachii M.brachialis M.brachioradialis	} N.musculocutaneus N.radialis
		Extension	180-190°	M.triceps brachii M.anconaeus	N.radialis
Longitudinal	Longitudinal (schräg durch den Unterarm)	Pronation	60-80°	M.pronator teres M.pronator quadratus M.flexor carpi radialis M.brachioradialis	} N.medianus N.radialis
		Supination	70-85°	M.supinator M.brachioradialis (20°) M.biceps brachii	} N.radialis N.musculocutaneus