



# TeRUG Controle

EXPERTISECENTRUM MIGRAINE

T: 0472 50 92 46

E: [info@terugcontrole.be](mailto:info@terugcontrole.be)



Regio	Beweging	Pijn op einde	Pijn tijdens de beweging	Links	Rechts	Soepel of stijf/ andere opmerkingen	Verandering na NEK oefening
Schouder	Arm omhoog						
	Arm opzij						
	Hand - Rug						
	Hand - Nek						
Nek	Draaien links						
	Draaien rechts						
	Buigen links						
	Buigen rechts						
	Boven kijken						
	Beneden kijken						