Inaczej nazywany testem palce-podłoga.

Cel
: Test przykurczu mięśni kulszowo-goleniowych. Ocena elastyczności i długości tej grupy mięśniowej, istotna w diagnostyce ograniczeń zakresu ruchu stawu biodrowego i lędźwiowego odcinka kręgosłupa.

P.w. (pozycja wyjściowa)
: Stojąca.

Ruch
: Skłon tułowia w przód przy prostych kończynach dolnych, próbując dotknąć opuszkami palców podłoża. Odległość pomiędzy opuszkami palców a podłożem jest miarą przykurczu. Należy kontrolować pozycję miednicy i kolan — kompensacje (np. zgięcie kolan, tyłozgięcie miednicy) wpływają na wynik testu.

Wynik
: Przykurcz badanych mięśni uniemożliwia dotknięcie opuszkami podłoża.

Bibliografia: Buckup K., Buckup J., Testy kliniczne w badaniu kości, stawów i mięśni