

Mozdulat	Pontszám	Korrekcio
Egyenes	1	+1 pont csavarás vagy oldalra hajolás esetén
Előre dőlés 0°-20° Hátra dőlés 0°-20°	2	
Előre dőlés 20°-60° Hátra dőlés > 20°	3	
Előre dőlés > 60°	4	

1. ábra: Törzs mozdulatok pontszámai

Mozdulat	Pontszám	Korrekcio
Előre dőlés 0°-20° vagy hátra dőlés 0°-20°	1	+1 pont csavarás vagy oldalra hajolás esetén
Előre dőlés > 20° vagy hátra dőlés > 20°	2	

2. ábra: Nyak mozdulatok pontszámai

Testhelyzet	Pontszám	Korrekcio
Kétoldali tömegmozgatás, járás vagy ülés	1	+1 pont a térd 30°-60°-os hajlítása esetén
Féloldalas tömegmozgatás, Kívívó tömegmozgatás vagy bizonytalan testhelyzet	2	+2 pont ha a térd hajlítása > 60° (de nem ülés)

3. ábra: Láb mozdulatok pontszámai

Törzs		Nyak											
		1				2				3			
	Láb	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1		1	2	3	4	1	2	3	4	3	3	5	6
2		2	3	4	5	3	4	5	6	4	5	6	7
3		2	4	5	6	4	5	6	7	5	6	7	8
4		3	5	6	7	5	6	7	8	6	7	8	9
5		4	6	7	8	6	7	8	9	7	8	9	9
Terhelés/Erő													
0		1				2				+1			
< 5 kg		5-10 kg				> 10 kg				Hirtelen vagy gyorsan növekvő erő esetén			

4. ábra: "A" táblázat

Testhelyzet	Pontszám	Korrekcio	
Előre emelés 0°-20° Hátra emelés 0°-20°	1	+1 pont oldalirányú emelés vagy csavart kar esetén	
Előre emelés 20°-45° Hátra emelés > 20°	2	+2 pont megemelt vállnál	
Előre emelés 45°-90°	3	-1 pont hajolás, támaszkodás esetén, vagy ha a testtartást a gravitáció segíti	
Előre emelés > 90°	4		

5. ábra: Felkar mozdulatok pontszámai

Mozgás	Pontszám	
Hajlítás 60°-100° között	1	
Hajlítás 60°-ig vagy hajlítás 100° fölött	2	

6. ábra: Alkar mozdulatok pontszámai

Mozgás	Pontszám	Korrekció
Hajlítás 0°-15° vagy feszítés 0°-15° esetén	1	+1 pont csavart, vagy oldalra hajlított csukló esetén
Hajlítás > 15° vagy feszítés > 15°	2	



7. ábra: Csukló mozdulatok pontszámai

		Alkar					
Felkar	Csukló	1			2		
		1	2	3	1	2	3
1		1	2	3	1	2	3
2		1	2	3	2	3	4
3		3	4	5	4	5	5
4		4	5	5	5	6	7
5		6	7	8	7	8	8
6		7	8	8	8	9	9

Megfogás			
0 - jó	1 - kielégítő	2 - rossz	3 - elfogadhatatlan
Jól illeszkedő markolat közepes megfogási erővel.	Kéztartás elfogadható, de nem ideális, vagy a megfogás elfogadható egy másik testrészen segítségével.	Kéztartás nem elfogadható, bár lehetséges.	Kényelmetlen, nem biztonságos megfogás, nincs markolat. A megfogás más testrész használatával sem fogadható el.

8. ábra: "B" táblázat

		„B” pontszám										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
„A” pontszám	1	1	1	1	2	3	3	4	5	6	7	7
	2	1	2	2	3	4	4	5	6	6	7	7
	3	2	3	3	3	4	5	6	7	7	8	8
	4	3	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9
	5	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9
	6	6	6	6	7	8	8	9	9	10	10	10
	7	7	7	7	8	9	9	9	10	10	11	11
	8	8	8	8	9	10	10	10	10	10	11	11
	9	9	9	9	10	10	10	11	11	11	12	12
	10	10	10	10	11	11	11	11	12	12	12	12
	11	11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12
	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12

Tevékenység pontszám		
+1 pont, ha 1 vagy több testrész statikus terhelés alatt áll. (pl. a terhelés tovább tart 1 percnél)	+1 pont kis tartományú, ismétlődő mozgás esetén (pl. percnként minimum 4-szer ismétlődik)	+1 pont, ha a tevékenység gyors, nagy testhelyzetváltozással jár, vagy bizonytalan a támasz

9. ábra: "C" táblázat