При повреждении задней части капсулы.

Чем вызывается:

• Жимы или отжимания с упором уже ширины плеч
• Завершение эксцентрической фазы горизонтальных тяг, выполняемое с максимальной амплитудой
• «Сопровождение» мышцами возврата штанги на пол после выполнения становой тяги, тяжелоатлетических упражнений (рывка, толчка), упражнений с гирями

Диагностические тесты:
Тесты предвосхищения задней нестабильности плечевого сустава