Возникает при повреждении передней части капсулы сустава.

Когда вызывается:

• Плечо в положении горизонтального отведения и наружной ротации

• Узкий захват грифа в приседаниях со штангой на спине

• Жимы во фронтальной плоскости, в том числе жим из-за головы

• Тяги и подтягивания за голову

• Жимы с широким хватом грифа

• Разведения со свободным отягощением и в тренажере

Диагностические тесты:

Тесты предвосхищения передней нестабильности плечевого сустава Тест модификации симптоматики в плечевом суставе со стороны плеча