

## Testformular

### Timed Up and Go (TUG)

Name/Vorname

Geb. Datum

Ausführung Vom Stuhl aufstehen (Abstützen ist erlaubt), mit normaler, sicherer Gehgeschwindigkeit 3 Meter gehen (Gehhilfen sind erlaubt), bei der Markierung wenden, zurück zum Stuhl gehen und sich wieder hinsetzen.

*Test 1*

*Test 2*

*Test 3*

*Test 4*

Datum

Gehhilfe

Zeit in Sekunden  
(Cut-off:  
≥13.5 Sekunden)<sup>15</sup>

Ist der Test  
auffällig?

Visum

Bemerkungen,  
Hinweise

---

<sup>15</sup> Shumway-Cook A. et al. (2000). Predicting the Probability for Falls in Community-Dwelling Older Adults Using the Timed Up & Go Test. Physical Therapy, Volume 80, Issue 9, 1 September 2000, Pages 896–903, <https://doi.org/10.1093/ptj/80.9.896>