

Slet en egen øvelse

Slet permanent en privat øvelse, som du ikke længere vil bruge.

1

Åbn øvelsen

Her er du: Den private øvelse findes i dit bibliotek.

Sådan gør du: Åbn øvelsens detaljer.

DEV PhysioWorkplace Klinisk arbejdsflade

Øvelser Meadow Arc Rehab

R Robin Ek physio-ee3c2992-963...

Bibliotek

Find en øvelse, eller lav din egen + Tilføj øvelse

Gennemse offentlige og private øvelser. Åbn en øvelse for at se detaljer og udførelsesvarianter.

Søg titel, tags, kropsområder eller instruktioner

+ Tilføj filter Ryd filtre

14 resultater

Midlertidig balanceøvelse Privat

Rejse sig fra stol Offentlig

Bilateral forflytning fra siddende til stående og tilbage, udført fra en stol med fødderne i samme stilling og armene krydset over brystet.

Rejse sig fra stol Hofte Knæ Lår

Stå på ét ben Offentlig

Statisk balanceøvelse, hvor kropsvægten bæres på ét ben, mens den anden fod holdes fri af gulvet, og overkroppen holdes oprejst.

Glid på væg for skulder Offentlig

Bilateral skulderøvelse, hvor hænderne glider opad på en væg, mens overkroppen holdes oprejst.

Færdig når: Øvelseseditoren åbnes.

2

Vælg Slet øvelse

Her er du: Øvelseseditoren er åben.

Sådan gør du: Vælg Slet øvelse nederst i panelet.

The screenshot shows the PhysioWorkplace 'Øvelser' (Exercises) editor. The left sidebar contains navigation links: Overblik, Patienter, Programmer, Øvelser (selected), and Mine favoritter. The main area is titled 'Bibliotek' and 'Find en øvelse, eller lav din egen'. It features a search bar with the placeholder 'Søg titel, tags, kropsområder eller instruktioner' and 14 results. Two exercise cards are visible: 'Midlertidig balanceøvelse' (marked 'Privat') and 'Stå på ét ben' (marked 'Offentlig'). The right sidebar shows 'Udførelsesvarianter' (Execution variants) with a 'Standard' variant and a 'Tilføj positur' button. Below this is a 'Tips' section. The bottom right section, 'Bidrag til PhysioWorkplace', includes a 'Status' dropdown set to 'Kladde' and a 'Send til PhysioWorkplace' button. At the very bottom right, a red button labeled 'Slet øvelse' (Delete exercise) is highlighted with a red circle containing the number 2.

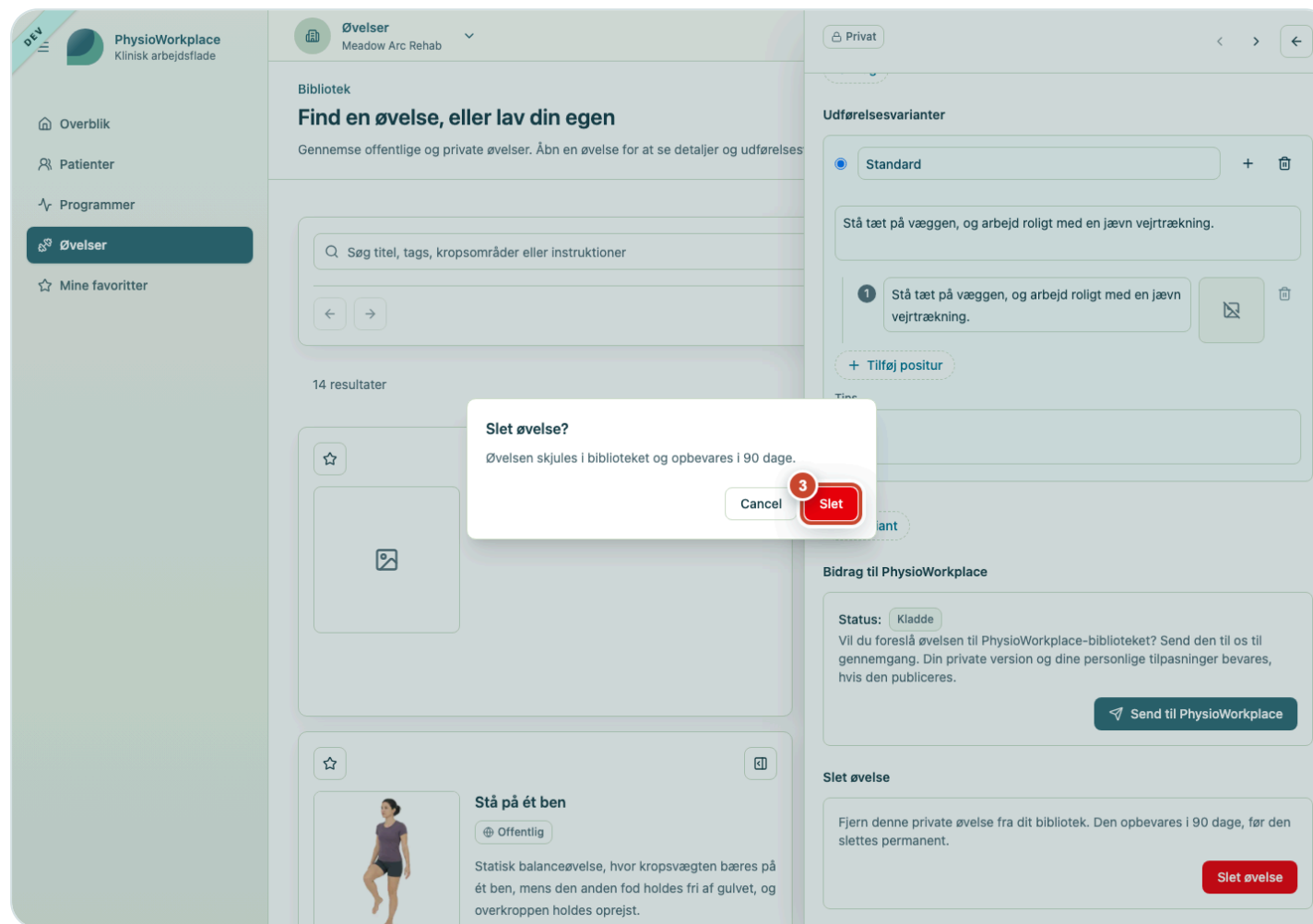
Færdig når: En bekræftelsesdialog vises.

3

Bekræft sletningen

Her er du: Dialogen oplyser, at handlingen ikke kan fortrydes.

Sådan gør du: Vælg Slet.



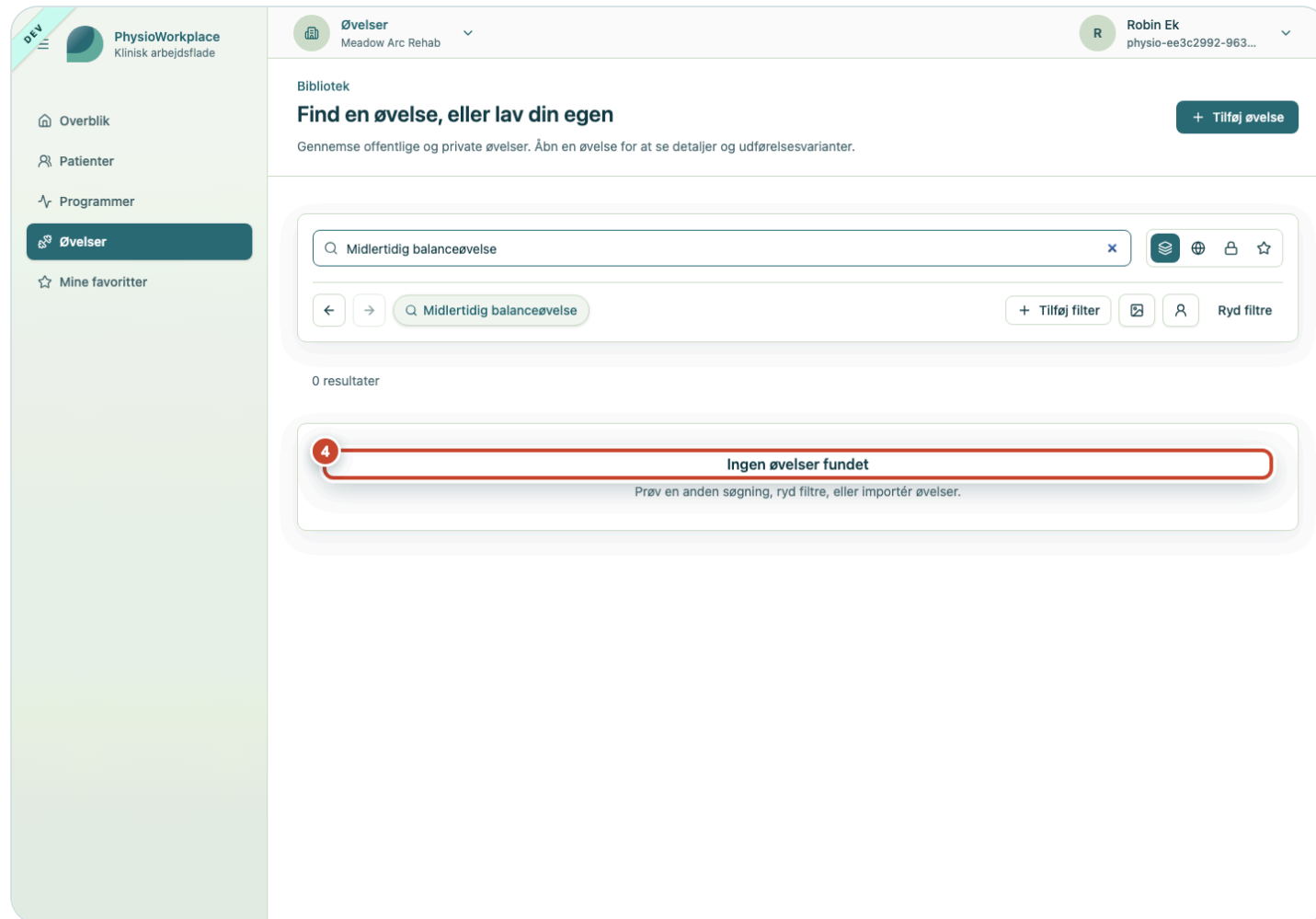
Færdig når: Øvelsen slettes permanent.

4

Kontrollér resultatet

Her er du: Du er tilbage i øvelsesbiblioteket.

Sådan gør du: Søg efter titlen på den slettede øvelse.



Færdig når: Ingen øvelser matcher søgningen.