

Niveau d'impact des sports sur les articulations de la hanche et du genou :

Impact Léger	Impact Intermédiaire	Impact Elevé
Bowling	Tennis	Jogging et course à pied
Velo de route	Randonnée	Sports de contact
Marche sportive	Ski de piste	Football
Aviron	Snowboard	Handball
Ski de fond	Altérophilie	Baseball
raquettes	Roller	Basketball
Dance	Patinage	Rugby
Pilates	Aerobic léger	Squash et racquetball
Golf		Arts martiaux
Natation		Aerobic d'impact élevé
Marche		
Machines elliptiques		
Bicyclette stationnaire		