

Cvičení je vhodné:

- pro léčbu

- výhřezu meziobratlového disku
- potíží po operacích páteře
- skoliózy

- pro stabilní chůzi - přípravu a následnou péči pro operace kyčelního a kolenního kloubu

- pro prevenci vzniku bolestí zad, regeneraci po práci s počítačem

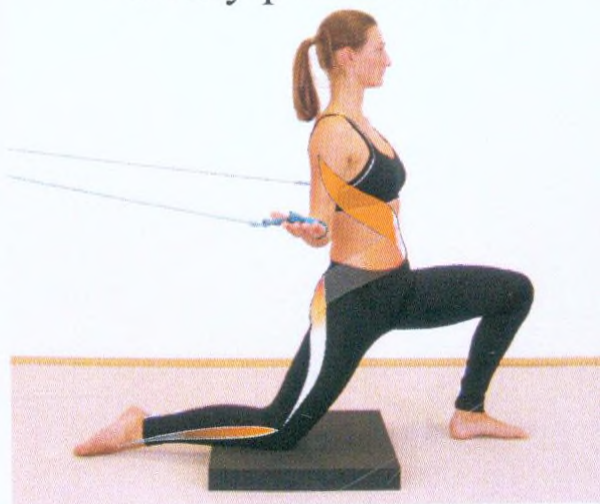
- pro kondici a regeneraci sportovců

DVD přehrávejte na PC
vybaveném Windows 7, 8, 10
a Office 2010-2016



MUDr. Richard Smíšek
MUDr. Kateřina Smíšková
MUDr. Zuzana Smíšková
Vydavatel
© Richard Smíšek 2017
ISBN: 978-80-87568-77-4

Cviky protahovací



Cviky posilovací

