

Výběr cviků ke zlepšení funkce pohybového systému

OBSAH

1. Úvod	
2. Pohybový systém a vyrovnávací cvičení	Čermák
3. Chabé držení těla	Srdečný
4. Hrudní kyfóza	Srdečný
5. Bederní lordóza	Srdečný
6. Skolióza	Srdečný
7. Plochá záda	Srdečný
8. Krční páteř	Pivonková
9. Hrudní páteř	Pivonková
10. Bederní páteř	Pivonková
11. Ramenní kloub	Pivonková
12. Kolenní kloub	Srdečný
13. Kyčelní kloub	Pivonková
14. Ploché nohy	Srdečný
15. Hypermobilita	Adamírová, Syslová
16. Hypomobilita	Adamírová, Syslová
17. Osteoporóza	Adamírová, Syslová
18. Literatura	