

Obsah:

1) Příčiny bolestí zad a výhřezu disku.....	3
2) Příklady úspěšné léčby výhřezu disku.....	19
3) Léčba výhřezu disku cvičením SPS.....	31
4) Vyšetření svalů v klidu a v pohybu.....	97
5) Popisná a funkční anatomie hlavních stabilizačních svalových řetězců.....	105
6) Kurzy metody SPS pro odborníky, laiky a pacienty.....	113
Seznam podkladů pro výuku.....	116