



Spiral Stabilization

Spiralstabilisation

Spirální stabilizace

POTVRZENÍ O ÚČASTI

Kurz 1 A,B,C,D

Základní cviky a manuální techniky

Hlavní principy metody

Hlavní funkce stabilizačních řetězců

CÍLENÉ ANATOMICKÉ RELAXAČNÍ MASÁŽE

S PROTAŽENÍM SVALŮ

Svalová analýza v klidu a v pohybu.

Manuální uvolnění svalů s napětím. Protahování svalů zkrácených. Mobilizační a trakční techniky. Příprava na cvičení. Opakování cviků.

Odstranění negativních faktorů vedoucích k rozvoji poruch páteře a velkých kloubů.

*Spirální
stabilizace
Cvičení pro Vaši páteř*

Dne 27.9. až 30.9.2018 pan/paní **Milena Ježková**
absolvoval/-a kurz metody **Spirální stabilizace páteře.**

Imzadi - rekondiční centrum
Mgr. Alex Kling, Špitálka 8, Brno
tel: 728847992, www.imzadi.cz

Kurz vedl Mgr. Alex Kling osobně.
V Brně dne 30.9.2018