Título:

Autor:

Precio: $475.00

Editorial:

Año: 2007

Tema:

Edición: 1ª

Sinopsis

ISBN: 9788480199568

Este libro presenta un método global e integral para la salud de sus pies. Con él aprenderá a identificarla causa de su dolor y podrá mejorar el pronóstico de sus dolencias. Para ello le enseña cómo introducir algunos cambios en su vida que mejorarán la salud de sus pies y a incorporar el programa básico de ejercicios del método spiraldynamik. Así conseguirá mejorar la percepción y la movilidad al tiempo que estimulará el fortalecimiento: y la coordinación. También encontrará programas de ejercicios para problemas específicos: pie valgo, pie plano transverso, hallux valgus, espolón calcáneo, dedos en garra, etc.