Paidotribo
www.paidotribo.com

Souchard, Philippe E.

Stretching global activo II

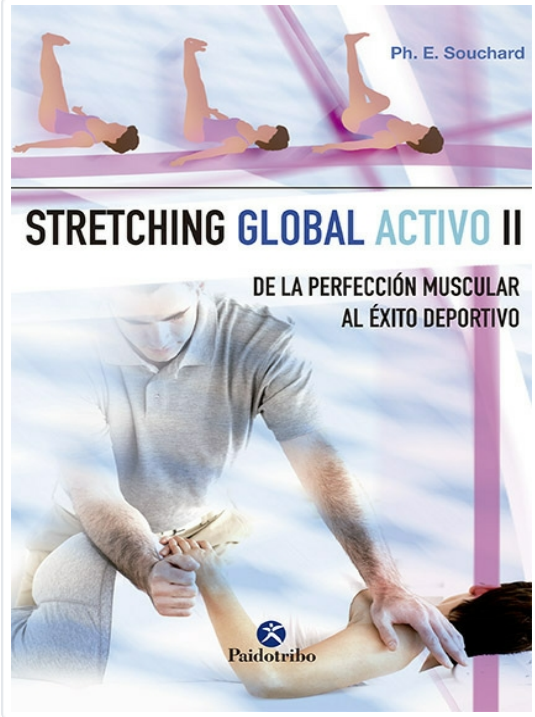
Dentro de la medicina natural, se puede incorporar la RPG como la gimnasia homeopática. Sus bases de individualidad, causalidad y globalidad son los pilares no sólo de la curación de las diferentes patologías, sino también de su prevención.

La aparición de los estiramientos musculares ha contribuido, desde el otro lado del Atlántico, a la evolución de las mentalidades. Los ejercicios de flexibilidad y elasticidad han sido propuestos como una alternativa a los de musculación, poniéndose al servicio de los deportistas en sus programas de reeducación y de recuperación.

El Stretching global activo nace de la Reeducación Postural Global, método de cinesiterapia iniciado por el autor -Ph. E. Souchard- y considerado revolucionario.

La globalidad de los estiramientos, la contracción isométrica que les acompaña, la participación constante de la respiración, las posturas de alargamiento de los músculos, que se desarrollan en el libro, suponen un nuevo aporte al stretching tradicional.

Esta obra, continuación del libro Stretching global activo (de la perfección muscular a los resultados deportivos) publicado por esta misma editorial, teniendo como base las normas de aplicación de la RPG y su aplicación al deporte, presenta do...



Editorial	Paidotribo
Colección	Técnicas y Métodos de Aplicación de la Fisioterapi
Encuadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	104
Tamaño	215x150x mm.
Peso	160
Idioma	Español
Tema	<Pendiente de asignación>
EAN	9788480193726
PVP	15,50 €
PVP sin IVA	14,90 €

9788480193726