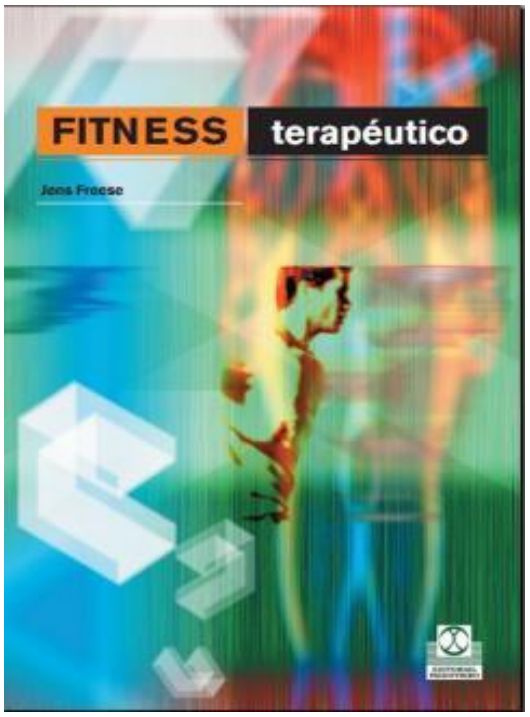

FREESE,J.; Freese, Jens

Fitness terapéutico. (Bicolor)

Este libro desarrolla programas de entrenamiento para la rehabilitación, prevención de las lesiones y la estabilización de las ya existentes. Para ello se introducen primero los métodos de la cinesiterapia activa que se dividen en tres apartados: la cinesiterapia de regeneración, algunas formas de entrenamiento alternativas escalada terapéutica, fisioterapia con patines en línea, entrenamiento de Pilates, entre otros y los ejercicios de seguimiento. A continuación se presenta un índice de lesiones musculares, tendinosas, de la rodilla, del hombro, del codo, de la pelvis, de la columna vertebral, de los discos intervertebrales y de tobillo en el que se explica la lesión y se detalla el programa de rehabilitación.

Fitness terapéutico es un manual de consulta no sólo para los fisioterapeutas sino también para entrenadores y deportistas.

Editorial	Paidotribo
Colección	Medicina Deportiva
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páxinas	332
Tamaño	215x150x mm.
Peso	650
Idioma	Español
Tema	<Pendiente de asignación>
EAN	9788480197731
PVP	36,50 €
PVP sen IVE	35,10 €

9788480197731