

ĆWICZENIA NA WAŁKU PO ZABIEGU ENDOPROTEZOPLASTYKI

1. Turlanie wałka



2. Prostowanie nóg na wałku



3. „Piątka z wałkiem”



4. Zginanie nogi na wałku



5. Odrywanie nogi z wałka





6. Zginanie i prostowanie stóp

