

ESERCIZI PER IL RECUPERO DELL'ARTICOLARITA' DEL GOMITO

DR. EUGENIO SAVARESE
CHIRURGIA DELLA SPALLA E DEL GOMITO

DR. GIUSEPPE PICERNI
TERAPISTA DELLA RIABILITAZIONE

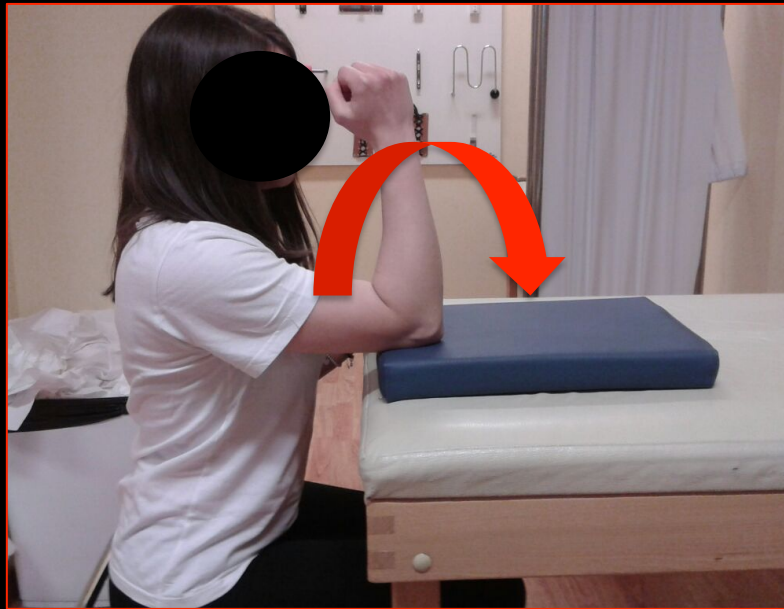
ESERCIZIO N.1 (ESTENSIONE PASSIVA)



Sito web: www.eugeniosavarese.it
Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.2

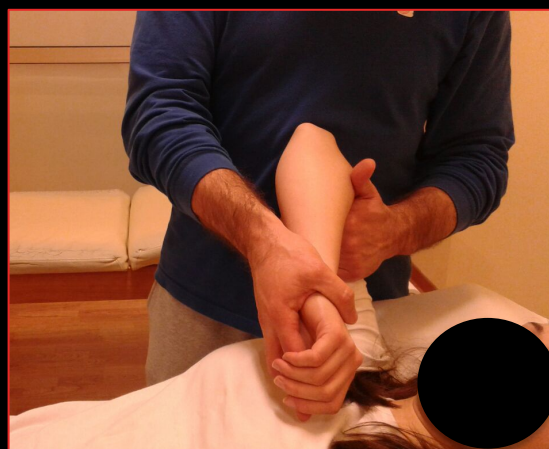
(ESTENSIONE ATTIVA)



Sito web: www.eugeniosavarese.it
Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.3

(FLESSIONE PASSIVA)



AL PETTO



AL MENTO

Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.4 (FLESSIONE ATTIVA)



Sito web: www.eugeniosavarese.it
Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.5

(PRONAZIONE PASSIVA)



Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.6

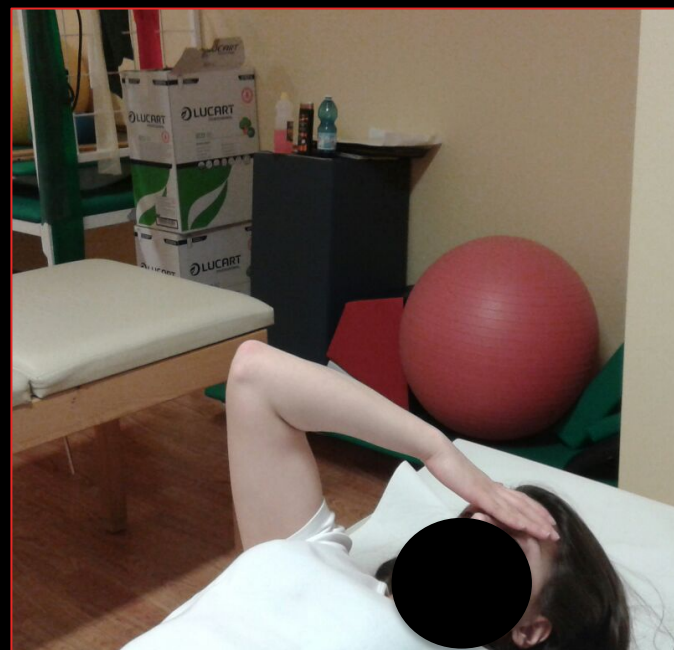
(PRONAZIONE PASSIVA A GOMITO FLESSO)



Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.7 (PRONAZIONE ATTIVA)



Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.8 (PRONAZIONE ATTIVA IN ORTOSTATISMO)



Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.9 (SUPINAZIONE PASSIVA)



Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.10

(SUPNAZIONE PASSIVA A GOMITO FLESSO)



Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.11 (SUPINAZIONE ATTIVA)



Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com

Si precisa che gli esercizi raffigurati sono puramente illustrativi e per tale ragione si consiglia di affidarsi a personale altamente qualificato

Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com