

ESERCIZI PER IL RECUPERO DELL'ARTICOLARITA'

DR. EUGENIO SAVARESE
CHIRURGIA DELLA SPALLA E DEL GOMITO

DR. GIUSEPPE PICERNI
TERAPISTA DELLA RIABILITAZIONE

ESERCIZIO N.1 (FLESSIONE AUTOASSISTITA)



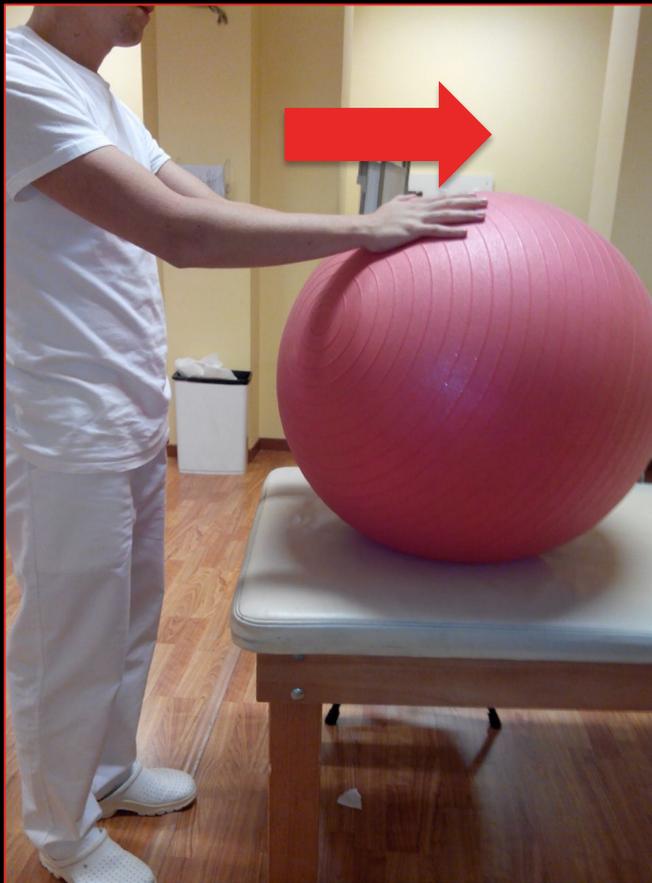
Sito web: www.eugeniosavarese.it
Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.2 (FLESSIONE)



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

ESERCIZIO N.3 (FLESSIONE)



Sito web: www.eugeniosavarese.it

Sito web: www.spallaegomito.com

ESERCIZIO N.4 (FLESSIONE)



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

ESERCIZIO N.5 (INTRA-ROTAZIONE)



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

ESERCIZIO N.6 (EXTRA-ROTAZIONE)



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