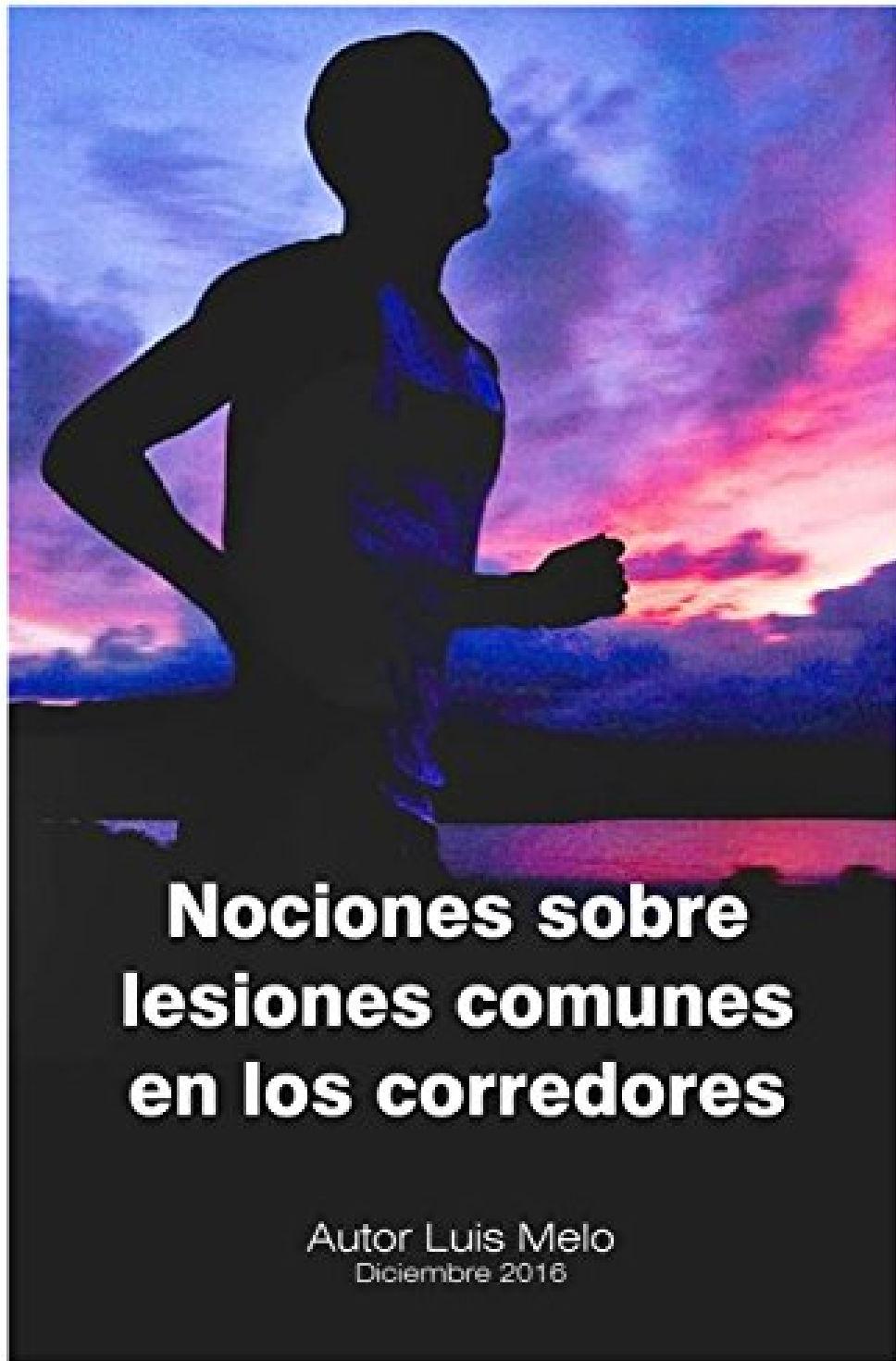


Nociones sobre lesiones comunes en los corredores



# **Nociones sobre lesiones comunes en los corredores**

Autor Luis Melo  
Diciembre 2016

Fecha de publicación: 7 diciembre, 2016

Autor: Luis Melo

Longitud de impresión: 67

Idioma: Español

PDF

En el ebook se plasman las lesiones o molestias mas comunes en el mundo Running.

Muchas veces sentimos molestias , dolores varios y no sabemos de donde llegan .

Entre otros temas aparecen en el libro

Dolencias de la banda iliotibial

Dolor articular, ¿Bursitis?

El espolón

Neuroma de Morton

Tendinitis de Aquiles

Tendinitis rotuliana

Tratamiento del pie de atleta

Dolor de rodilla.

Ejercicios para perder peso

Ampolla en el pie

<https://tezfiles.com/file/9e5b225e7d792/3fw7yYE1i.pdf.rar>