

STRETCHING GLOBAL ACTIVO I (Medicina)



Editor: Paidotribo

Autor: Philippe E. Souchar

Longitud de impresión: 134

Idioma: Español

PDF

Todo nuestro pasado y nuestro presente está reflejado en nuestro cuerpo. Nuestra morfología resume nuestras habilidades, nuestra belleza o nuestras penurias y deformaciones. Pero, ¿cuántos estamos a gusto y vibramos con él? El método que presenta el libro está basado en la individualidad, la causalidad y la globalidad. Estas tres bases hacen de éste un método diferente que conlleva una forma diferente de tratar al paciente. La técnica RPG además de preventiva, reeduca a las personas para evitar futuras recaídas o nuevas lesiones. Las más de cien fotografías y el léxico aclaratorio que acompañan al texto hacen de éste un libro claro, de agradable consulta y al alcance de todos para que comprendamos por qué es necesaria la musculación. ¿Sabemos verdaderamente el origen de la fuerza de los músculos y la razón de su constante endurecimiento? ¿Qué tipo de tratamiento recomiendan cuando se tiene una mala postura, cuando las articulaciones padecen? ¿Cuándo los movimientos pierden su

eficacia o se multiplican las lesiones? ¿Cómo proporcionar a la herramienta corporal su máxima eficacia? Todas estas preguntas tienen una respuesta individual, puesto que la historia patológica de cada individuo es única, su forma de vivirla y de preocuparse por ella también lo es. En este libro encontrará la respuesta que se ciñe a su historia. El autor, Ph. E. Souchard, es especialista en biomecánica y creador de la Reeducción Postural Global.

<http://yep.pm/XX5ESSwi5/3fyNDhvlo.pdf.rar>