



საპროტეზო ორთოპედიული რეაბილიტაციის ქართული ფონდი

კუნთების გამაძლიერებელი ვარჯიშის ნიმუში (ეს მხოლოდ ნიმუშია, სხვა მრავალი ვარჯიში არსებობს)



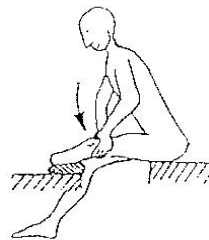
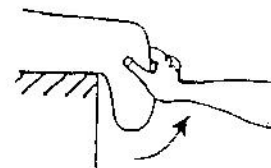
1. მუხლს ქვედა ტაკვი, ოთხთავა კუნთის ვარჯიში. შეკუმშვა-მოდუნება.



2. მუხლს ქვედა ტაკვი, გაშლა-მოსრა



3. მუხლს ქვედა ტაკვი, მუხლის გაშლა-მოსრა წინააღმდეგობის დაძლევით.



4. მუხლს ქვედა ტაკვი, პაციენტის მიერ წარმოებული გაჭიმვის ვარჯიშები.