

[Артроз ТБС \(1-2 стадии\)](#) [СТАРТТЕСТ ДЕТИ 5: Вращение бедра лёжа на животе с согнутой в колене ногой \(Определение подвижности ТБС\)](#) [Тугоподвижность и боли в ТБС](#)

Тазобедренный сустава

---

#### Диагностические тесты:

[Тест Патрика \(FABER\)](#)

## Упражнения

---

1	Плавание: освоить вольный стиль (кроль), плавание на спине, брасс и батерфляй <span>2 / 10</span>
---	---