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 суста

Диагностические тесты:
Тест Патрика (FABER)

Упражнения

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