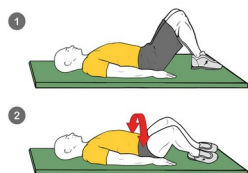


ZONA LUMBAR



3X8 A CADA LADO, SIN
DESPEGAR LAS PLANTAS
DE LOS PIES

ZONA DORSAL

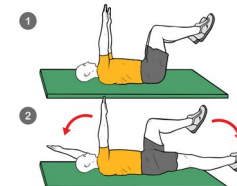


3X8 A CADA LADO. RECUP.
20"

EXTENSORES CADERA

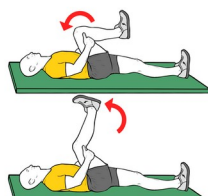


3X8 A CADA LADO. RECUP.
20"



3X8 A CADA LADO. RECUP.
20"

CADENA POSTERIOR



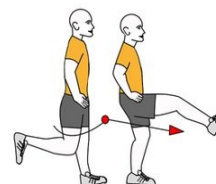
3X8 A CADA LADO. RECUP.
20"

ROTACIONES CADERA



3X8 A CADA LADO. RECUP.
20"

FLEXO-EXTENSIÓN



3X8 A CADA LADO. RECUP.
20"

GLOBAL



3X8 A CADA LADO. RECUP.
20"