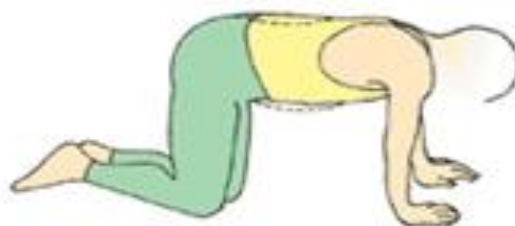


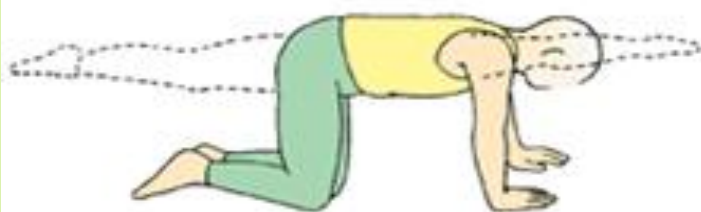
EJERCICIOS RECOMENDADOS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA ESPALDA



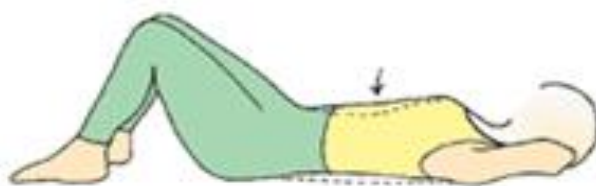
Estiramiento erguido del muslo



Gato y camello



Estiramiento de brazos y piernas



Inclinación de la pelvis



Flexión abdominal parcial



Rotación del tronco inferior



Estiramiento piriforme



Dos rodillas hacia el pecho

Con la financiación:
AE-063/2015

Solicitantes:

Ejecutante:



FUNDACIÓN
PARA LA
PREVENCIÓN
DE RIESGOS
LABORALES

