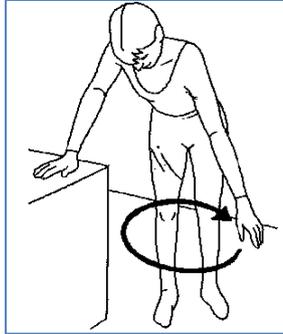
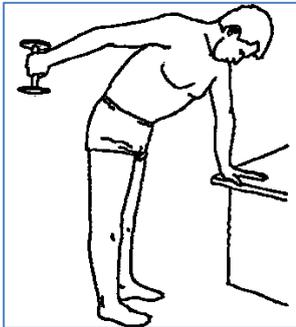


Mobilität, Kraft & Stabilität Schultergelenk

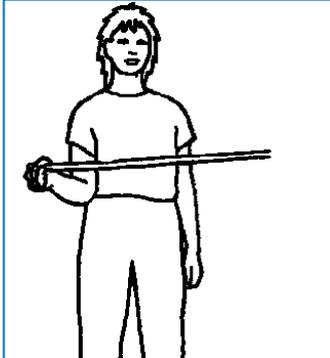
für _____ ausgegeben am: _____



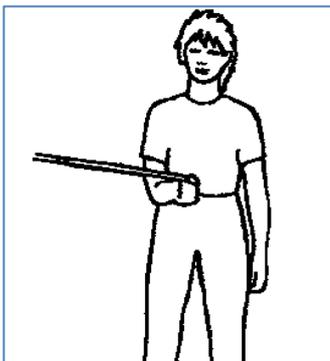
Pendelübungen für Schultergürtel (auch mit Kurzhantel/Wasserflasche etc.) zur Mobilisation



Kräftigung Schulterextension mit Kurzhantel/Wasserflasche etc.



Kräftigung der Außenrotation im Schultergelenk mit Theraband



Kräftigung der Innenrotation im Schultergelenk mit Theraband