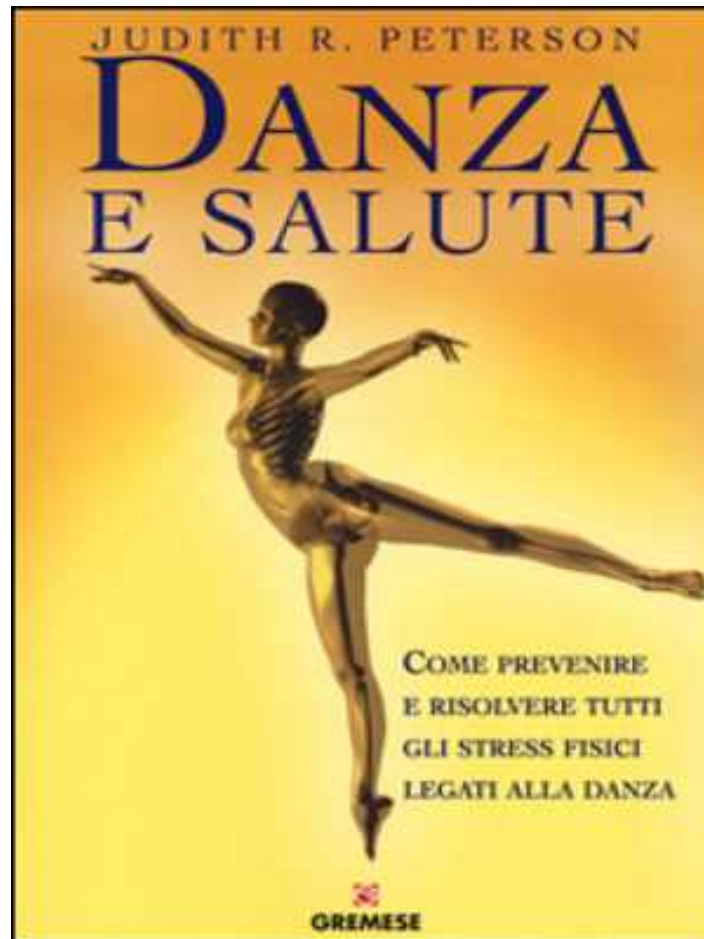


Keywords: Danza e salute. Come prevenire e risolvere tutti gli stress fisici legati alla danza libro pdf download, Danza e salute. Come prevenire e risolvere tutti gli stress fisici legati alla danza scaricare gratis, Danza e salute. Come prevenire e risolvere tutti gli stress fisici legati alla danza epub italiano, Danza e salute. Come prevenire e risolvere tutti gli stress fisici legati alla danza torrent, Danza e salute. Come prevenire e risolvere tutti gli stress fisici legati alla danza leggere online gratis PDF

Danza e salute. Come prevenire e risolvere tutti gli stress fisici legati alla danza PDF

Judith R. Peterson



Questo è solo un estratto dal libro di Danza e salute. Come prevenire e risolvere tutti gli stress fisici legati alla danza. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Judith R. Peterson
ISBN-10: 9788884407719
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1481 KB

DESCRIZIONE

Il corpo di qualunque danzatore è sottoposto a sforzi e stress notevoli. Ciò impone ai danzatori stessi, agli allievi e ai loro insegnanti, l'esigenza di conoscere i rischi fisici legati alla loro professione e di non sottovalutare i sintomi. Questo manuale pratico e scorrevole percorre un vero e proprio "giro" del corpo dalla testa ai piedi, fornendo un complesso d'informazioni indispensabili riguardo all'igiene, alla prevenzione delle lesioni e al trattamento dei comuni problemi di salute dei ballerini. Comprende consigli in materia di consapevolezza corporea e immagine di sé, disturbi alimentari e fratture da stress, e affronta altresì le patologie connesse all'en-dehors e i disturbi di ginocchia, piedi e dita dei piedi. Ogni capitolo è dedicato a una singola parte del corpo e si conclude con una sintesi immediata di cinque nozioni fondamentali, da tenere sempre presenti, e cinque esercizi di sicura efficacia.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Trova le offerte migliori per Lo yoga che ti cura Esercizi e pratiche per prevenire e risolvere i disturbi pi su eBay. Il mercato più grande del mondo.

Come Prevenire E Risolvere Tutti Gli Stress Fisici Le ... Danza e salute. Come prevenire e risolvere tutti gli stress fisici legati alla danza, ...

Parlare di medicina della danza significa salvaguardare la salute ... Per rispettare i parametri fisici di crescita del ... gli errori maggiori sono legati alle ...

DANZA E SALUTE. COME PREVENIRE E RISOLVERE TUTTI GLI STRESS FISICI LEGATI ALLA DANZA

[Leggi di più ...](#)