



 /onbodyevolution  on_bodyevolution

Elenita. 46 anos

Protrusão discal L4,L5 s1 central, cirurgia epicondilite e túnel do carpo a 7 anos. P.O bariátrica 4 anos. Dor do quadril desgaste quadril direito. Cirurgia bariátrica a 4 anos emagreceu 65 kilos e engordou 20 novamente. Trabalha em pé cozinheira..

Força muscular muito baixa, melhorar hipertrofia core e mobilidade.

Realiza fisio osteopatia carol

Ira iniciar preparação física

Já fez natação e pilates faz tempo que esta parada

Wanessa Silva

Fisioterapeuta / Preparadora física

Especialista: Fisiologia do exercício e prescrição de exercícios

Crefito: 215506-F - Cref: 104545-G/SP