



 /onbodyevolution  on_bodyevolution

Pedro morita

Falta de flexibilidade importante em mmi devido ao estirão do crescimento, desalinhamento postural escoliose e uma hiperlordose leve não diagnosticada, cuidado com movimentos desordenados, Boa força muscular.

Dor em 5 metatarso direito, conforme tênis que usa.

Falta de força de core unilateral, e leve diminuição de mobilidade de coluna.

Indicado pilates, yoga, preparação, lpo

Wanessa Silva

Fisioterapeuta / Preparadora física

Especialista: Fisiologia do exercício e prescrição de exercícios

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