

Ha' det bedre med fødderne PDF

Helle Gotved



Forside mangler

Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Helle Gotved
ISBN-10: 9788763846615
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 1893 KB

BESKRIVELSE

Når man står godt, går man godt – og det smitter af på hele kroppens funktion. Efter en lang dag tænker man måske ikke på, at de trætte ben ikke kun skyldes dagens slid og slæb. Det kan nemlig også være, at man ikke har behandlet sine fødder fornuftigt. I Ha' det bedre med fødderne fortæller Helle Gotved alt, hvad der er værd at vide om fødder: opbygningen, kredsløbets betydning, alle de mange forskellige skavanker, man kan påføre sin fødder, strømper, fodtøj osv. Men det er aldrig for sent at gøre noget ved det, og bogens hovedformål er vise alt det, man kan gøre meget for at rette op på skaderne – eller undgå dem. Øvelserne er illustreret med instruktive fotografier. Ha' det bedre med fødderne udkom første gang i 1972. Den nye udgave indeholder desuden et kapitel om barfodsløb ved Søren Ekman. Pressen skriver: »En fin lille grundlæggende bog, der trods de mange år på bagen stadig holder og må regnes for en klassiker« – Jette Landberg, Lektor

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

"Ha' det bedre med fødderne" [1. udgave, 1. oplag] af Helle Gotved - Hæftet (Bog med hæftet ryg). På dansk. Genre: Medicin, Sundhed og Sygdom. Udgivet 25/10-2016.

Ha det bedre med fødderne af Helle Gotved DKK 219,00 Køb viagra and aspirin interaction; Du kan se flere produkter og behandlinger til fødderne her cymbalta vs ...

På SAXO.com har vi ufatteligt mange gode bøger at vælge imellem. Hos os kan du finde Ha' det bedre med fødderne og en masse andre bøger til en god pris.

HA' DET BEDRE MED FØDDERNE

[Læs mere ...](#)