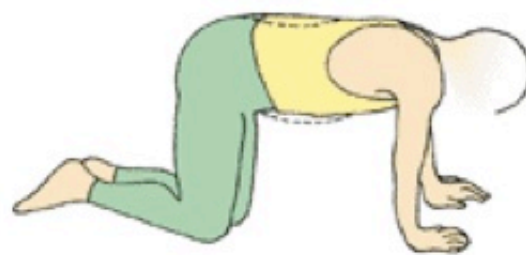


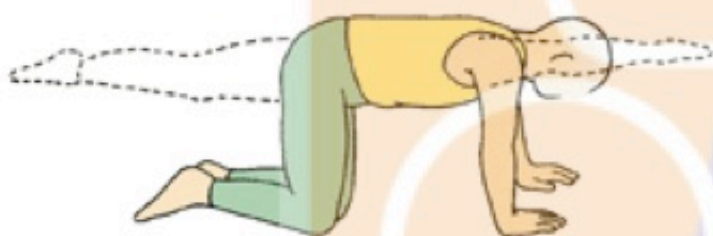
Ejercicios para el Dolor de Espalda en la parte Baja



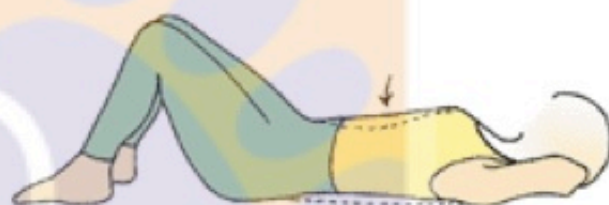
Estiramiento erguido del muslo



Gato y camello



Estiramiento de brazos y piernas



Inclinación de la pelvis



Flexión abdominal parcial



Rotación del tronco inferior



Estiramiento piriforme



Dos rodillas hacia el pecho