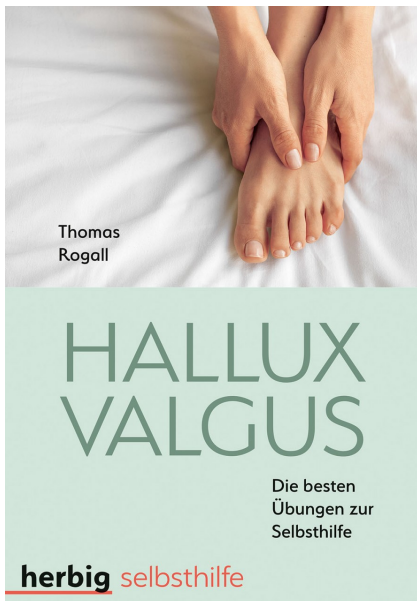


Hallux Valgus

Die besten Übungen zur Selbsthilfe

Gebundene Ausgabe



12,00 €

inkl. MwSt. [zzgl. Versand](#)

- Zurück zu gesunden Füßen.

187x133x10mm (LxBxH)

1. Auflage 2019

Umschlag/Ausstattung: 93

Farbfotos,

Seiten: 64

EAN: 9783776628524

Art.-Nr.: 42852

KOSMOS

Produktinformationen "Hallux Valgus"

Bei einem Hallux valgus muss die Großzehe wieder in ihre anatomisch sinnvolle Position gebracht werden. Oft wird viel zu schnell operiert. Der erfahrene Physiotherapeut Thomas Rogall zeigt, dass eine Korrektur auch ohne OP möglich ist. Seine Übungen fördern die Feinmotorik der Füße und führen zu einer bewussten und ausgewogenen Belastung des Fußgewölbes und der Zehen. Auch die Methode des Tapings wird vorgestellt. Ein bewährter Ratgeber mit praktischen Tipps und vielen Fotos.

KOSMOS