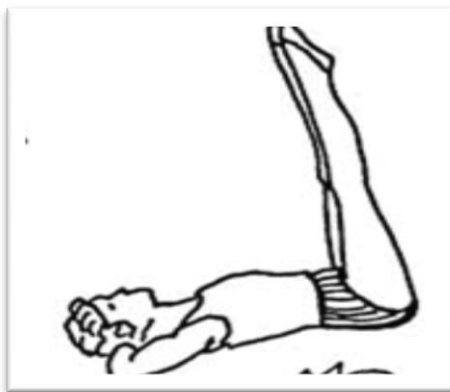


*Кожну вправу виконати 10-12 разів у повільному темпі (порушення ОРА)*

1.



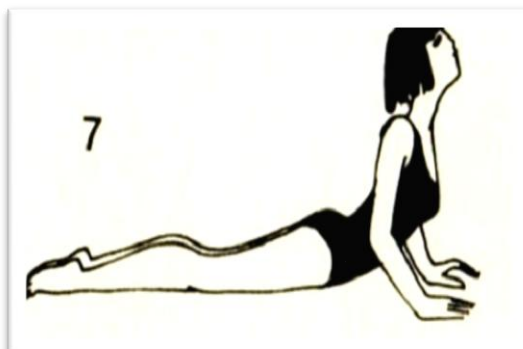
2.



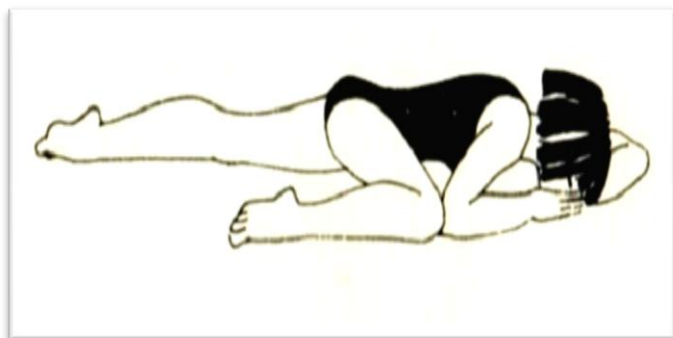
3.



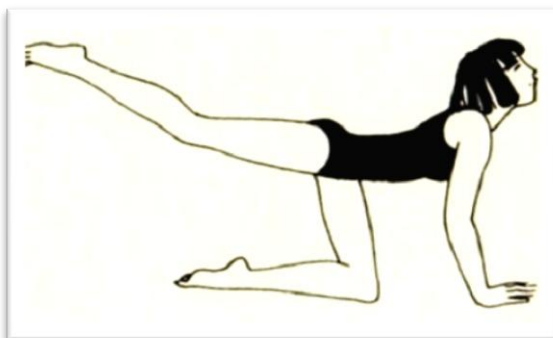
4.



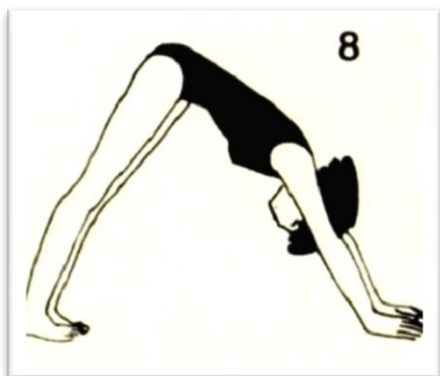
5.



6.



7.



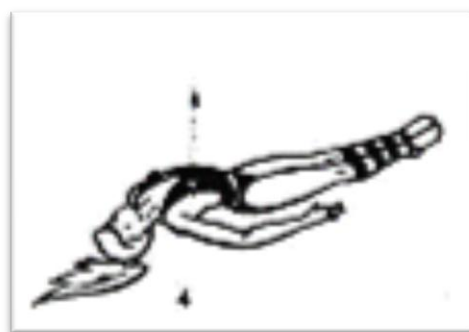
8.



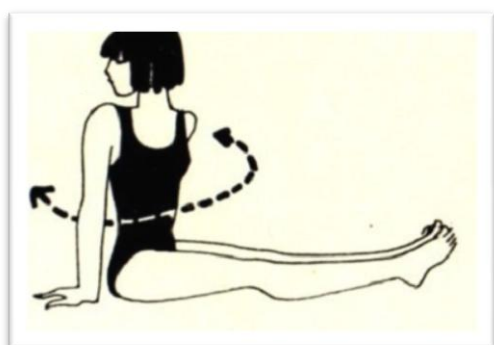
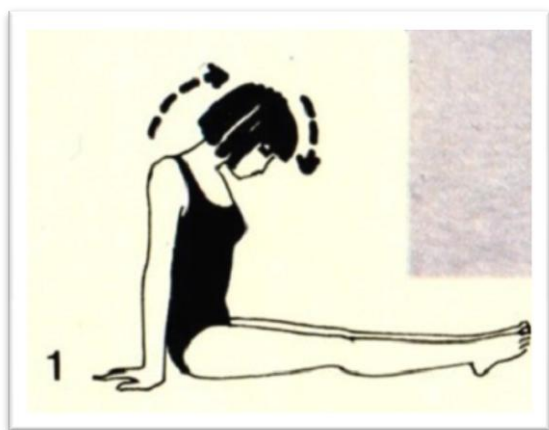
9.



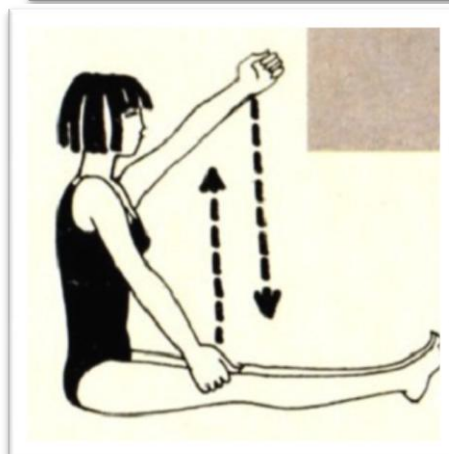
10.



*Кожну вправу виконати 10-12 разів у повільному темпі (вегето-судинна дистонія)*



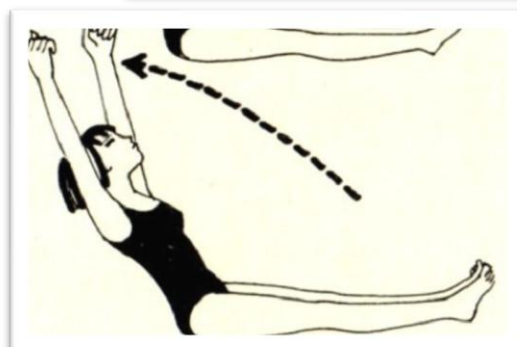
3.



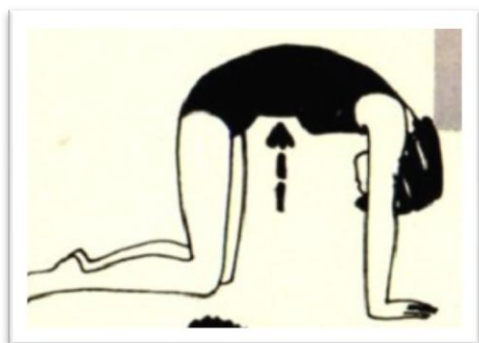
4.



5



6.



7.



8.



9

