

# Cvičení na velkých míčích

a výuka správného držení těla

Jedná se o skupinové kondiční cvičení na velkých míčích za účelem nácviku správného držení těla, posílení a protažení svalů. Kondičně je určeno fyzicky zdatnějším klientům, cvičení na míčích provádí pacient ve všech polohách (vsedě, ve stoje a vleže). Cvičení probíhá v pohodlném sportovním oděvu pouze v ponožkách, bez bot.



 cena 2025

 čas

**180 Kč** 30 minut

## INDIKACE

- vertebrogenní obtíže
- Bechtěrevova nemoc
- kloubní onemocnění

## KONTRAINDIKACE

- akutní stavy
- dekompenzovaná chronická onemocnění srdce a plic
- horečka
- rizikové těhotenství
- kachexie
- čerstvě po operacích endoprotéz

Pro rezervace kontaktujte recepci Prodeje procedur:  
[spa@medi-spa.cz](mailto:spa@medi-spa.cz), tel.: 466 860 274 (111)

[www.medi-spa.cz](http://www.medi-spa.cz)

*Medical Spa Team*

více info 

