



Rehabilitacja Wspinacza: Kompletny Przewodnik po Leczeniu Kontuzji Wspinaczkowych

Indeks: 819227 Producent: Nielsen

Cena: **167.83 zł**

Opis

The Self-Rehabbed Climber: All you need to know to treat climbing injuries with confidence

Producent: Nielsen

Odkryj kompleksowy poradnik dla wspinaczy, który pomoże Ci skutecznie radzić sobie z kontuzjami. Znajdziesz w nim niezbędne informacje dotyczące leczenia i rehabilitacji po urazach wspinaczkowych. Dowiedz się, jak wrócić do formy po kontuzji z pełnym zaufaniem do własnych umiejętności.

Przygotuj się na trudne wyzwania wspinaczkowe, znając skuteczne metody leczenia urazów specyficznych dla tego sportu. Poradnik zawiera praktyczne wskazówki dotyczące fizjoterapii, treningu rehabilitacyjnego i zapobiegania kolejnym kontuzjom.

Zanuć się w wspinaczkową przygodę, mając pewność, że w razie kontuzji masz pod ręką niezbędną wiedzę i narzędzia do skutecznego leczenia. Poznaj tajniki profesjonalnej opieki nad wspinaczkowymi urazami i ciesz się bezpiecznym oraz efektywnym treningiem.

- **temat:** Medicine & Nursing / Medicine / Sports Medicine, Sports & Outdoors / Climbing & Mountaineering / Rock Climbing, Sports & Outdoors / Sports Training / Sports Training Books, __, __, __
- **wiążący:** paperback
- **język:** english, english, english
- **strony:** 243
- **słowo kluczowe tematu:** A2 Pulley, Climbing, Climbing Injury, Climbing Physiotherapy, Climbing physical therapy, Injury, Rock climbing
- **kod podmiotu:** NON000000, NON000000, NON000000, MED084000, SPO029000, SPO047000
- **waga opakowania przedmiotu:** 0.95 pounds
- **producent:** Nielsen
- **zewnętrznie przypisany identyfikator produktu:** 9781399963350, 09781399963350
- **autor:** McVittie MCSP, Andrew
- **zalecane węzły przeglądania:** 20789702031
- **Data publikacji:** 2022-12-05T00:00:01Z
- **maksymalny wiek zainteresowania czytaniem:** 18 years
- **minimalny wiek zainteresowania czytaniem:** 12 years
- **nazwa przedmiotu:** The Self-Rehabbed Climber: All you need to know to treat climbing injuries with confidence
- **data premiery:** 2022-12-05T00:00:01Z
- **data uruchomienia strony produktu:** 2022-06-08T00:00:01Z

Parametry

Waga opakowania	0.95 funtów
Język	angielski
Ilość stron	243
Data publikacji	2022-12-05