



# World PT Day 2024

## Latihan untuk nyeri pinggang



Olahraga atau exercise dapat membantu mengurangi nyeri pinggang



Olahraga atau exercise dapat mencegah nyeri pinggang berulang



Jenis latihan atau olahraga yang terbaik adalah olahraga yang Anda sukai



Olahraga atau exercise memiliki banyak manfaat bagi kesehatan

Konsultasikan dengan Fisioterapis mengenai latihan yang tepat untuk Anda



World  
Physiotherapy

**#WorldPTDay**

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)