



World
PT Day
2024



HARJOITTELU JA ALASELKÄKIPU



Selkä on terveempi, kun liikkuu
ja on fyysisesti aktiivinen.



Harjoittelu ehkäisee alaselkävivun
uusiutumista ja on yksi parhaiten
auttavista keinoista alaselkävivussa.
Mikään tietty harjoittelumuoto ei ole
toista parempi.

Löydä fysioterapeutin
kanssa harjoittelumuoto,
josta nautit.



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

8. syyskuuta

www.world.physio/wptday