



World PT Day 2024

Harjoittelua alaselkäkipuun



**Harjoittelu helpottaa
alaselkäkipua**



**Harjoittelu ehkäisee alaselkävun
uusiutumista**



**Paras harjoittelumuoto on se,
mistä nautit**



**Harjoittelulla on monia muitakin
terveyshyötyjä**

**Keskustele fysioterapeutin
kanssa sinulle parhaasta
harjoittelumuodosta**



**World
Physiotherapy**

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday