



World
PT Day
2025



உடல் பலவீனத்தைத் தடுப்பது

ஒரு உடற்பயிற்சி திட்டத்தை எப்போது
தொடங்க ஆரம்பித்தாலும் அது
தாமதமில்லை! எல்லா வயதிலும் தசை
வலிமை பயிற்சியால் நன்மைகள்
கிடைக்கும்.



பாதுகாப்பாக
தசை வலிமை
பயிற்சி செய்வது
எப்படி என்பதை
அறிய, இன்று ஒரு
பிசியோதெரபிஸ்டுடன்
பேசுங்கள்!



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

8 செப்டம்பர்

www.world.physio/wptday