

Lista de Vídeos da aula de Subgrupos Lombar

Exercícios para corrigir lateral shift: https://www.youtube.com/watch?v=pXTqp_CtWjY

Manipulação *Lumbar roll*: <https://www.youtube.com/watch?v=zdNyKqvwZJw>

Manipulação Torácica: <https://www.youtube.com/watch?v=HPjda62K8us>

Ajuste do ilíaco: <https://www.youtube.com/watch?v=4OyiClKlxqw>



Movimentos
Específicos

Tratamento - TBC

Lateral Shift

- Exercícios para corrigir o lateral shift
- Tração mecânica ou autotração

https://www.youtube.com/watch?v=pXTqp_CtWjY



Manipulação

Lumbar Roll

<https://www.youtube.com/watch?v=ajrwcM0MITM>



Manipulação Torácica

<https://www.youtube.com/watch?v=HPjda62K8us>



Ajuste do ilíaco

<https://www.youtube.com/watch?v=4OyiCIKlxqw>

