



FITALPSREHA



REHA PULLEY

SCHULTERLUXATION

Körpergewicht KK 03



ARMBEUGEN

Körpergewicht KK 07



AUSSENROTATION

Körpergewicht KK 08



INNENROTATION

Widerstandsseil KW 01



RUDERN

Widerstandsseil KW 04



VORGEBEUGTER ÜBERZUG

Widerstandsseil KW 07



SCHULTER SEITHEBEN

NOTIZEN:



www.fitalps.net