

Postures, étirements et stimulations musculaires

Prise de départ, dérotation du bloc calcanéo-pédieux.



Copyright Régine Châtelain

Postures, étirements et stimulations musculaires

Dérotation du bloc calcanéo-pédieux.



Postures, étirements et stimulations musculaires

Etirement de l'arche interne.



Postures, étirements et stimulations musculaires

Etirement de l'arche interne.



Postures, étirements et stimulations musculaires

Étirement du tendon d'Achille en protégeant la médio-tarsienne.



Postures, étirements et stimulations musculaires

Etirement du tendon d'achille.



Copyright Régine Chédeville

Postures, étirements et stimulations musculaires

Etirement du tendon d'achille.



Copyright Régine Choderville

Postures, étirements et stimulations musculaires

Renforcement musculaire des fibulaires.

