



# ESERCIZI PER LA SCHIENA



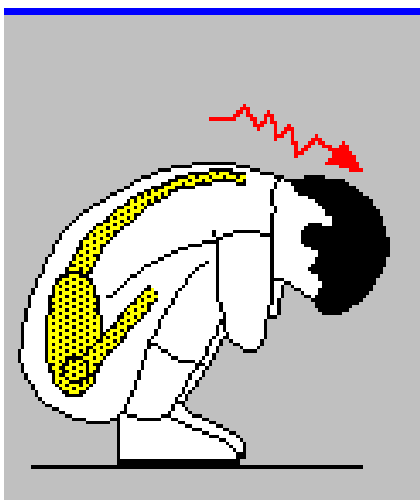
ESERCIZIO N° 1



ESERCIZIO N° 2



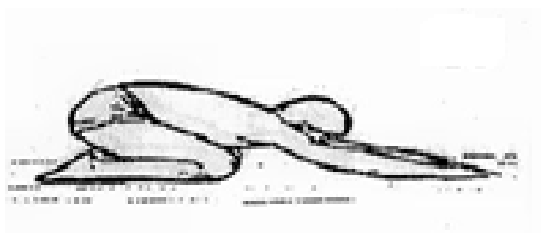
ESERCIZIO N° 3



ESERCIZIO N° 3



ESERCIZIO N° 4



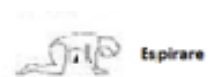
ESERCIZIO N° 4



ESERCIZIO N° 5



ESERCIZIO N° 5



ESERCIZIO N° 6



ESERCIZIO N° 7



ESERCIZIO N° 8



ESERCIZIO N° 8





ESERCIZIO N° 9



ESERCIZIO N° 9



ESERCIZIO N° 10



ESERCIZIO N° 10



ESERCIZIO N° 11



ESERCIZIO N° 12





ESERCIZIO N° 13



ESERCIZIO N° 14



ESERCIZIO N° 15



ESERCIZIO N° 16



