

FASKIAN TERVEYS

LIKELAAJUUS

NIVELTEN  
LIKELAAJUUS

LIHASTEN VENYVYYS

LIKKEEN VAPAAUS

KEHOTIETOISUUS

KEHON  
KANNATUS

KEHON  
HALLINTA

HENGITYS

RENTOUS-  
JÄNNITYS

LUUSTON  
ASENTO

SYVÄ TUKI

LIKKEEN  
TALOUDELLISUUS

LIHASTASAPAINO