

Nové cvičení SM SYSTÉM

Pavla CLUB

Plzeňská 90, 150 00 Praha 5, tel.: 257 32 59 28

www.pavlaclub.cz



středa 9:30 – 10:25 PAVLA

SM systém je originální metoda MUDr. Richarda Smíška jak léčit poruchy páteře, ale hlavně jak jim předcházet dostatečnou regenerací.

Cvičení je vhodné pro

- pacienty s bolestmi páteře v bederní, hrudní i krční oblasti
- pacienty s výhřezem ploténky
- pacienty se skoliózou
- vrcholové sportovce, jako kondiční trénink a předcházení degenerace páteře a velkých kloubů
- děti
- každého jedince, jako prevence poruch páteře a velkých kloubů

SM systém je cesta ke zkvalitnění života!