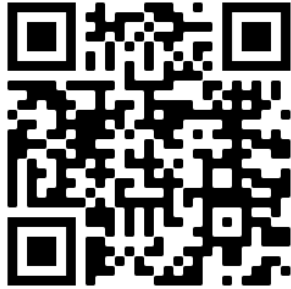
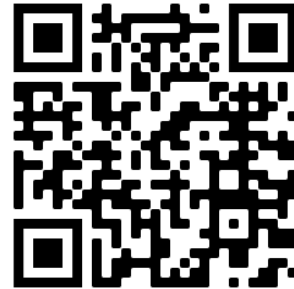


ACCESO AL PROGRAMA DE EJERCICIOS PARA ESGUINCE MODERADO DE TOBILLO



PRESENTACIÓN



**EJERCICIOS DE LA
1º SEMANA**



**EJERCICIOS DE LA
2º SEMANA**



**EJERCICIOS DE LA
3º SEMANA**

**SE ACONSEJA SEGUIR EL ORDEN ESTABLECIDO PARA OBTENER LOS MEJORES RESULTADOS
(HAY QUE COMPLETAR LOS EJERCICIOS DE LA PRIMERA SEMANA ANTES DE PASAR A LOS DE
LA SEGUNDA, ETC.)**