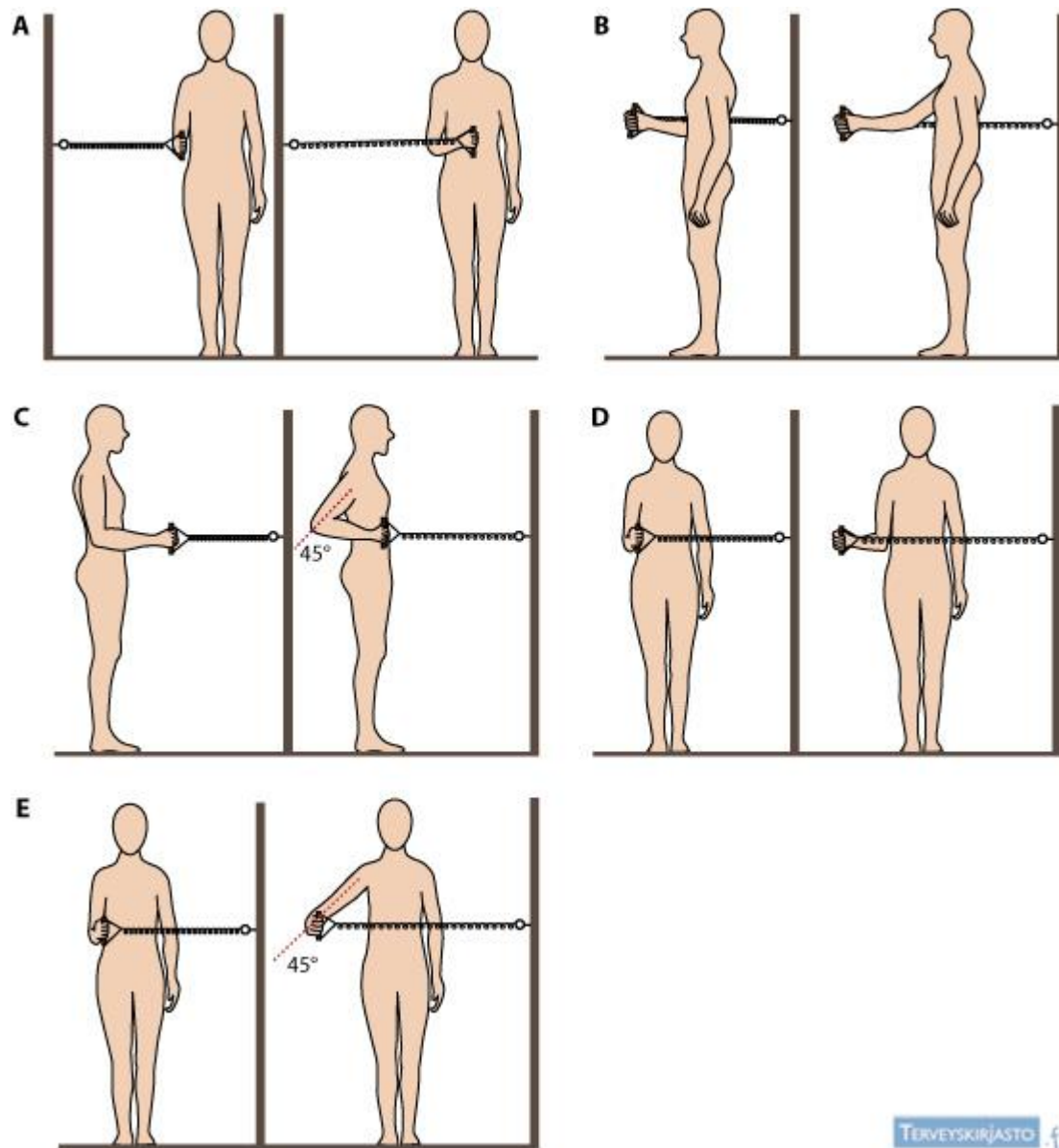


# Olkapään sijoiltaanmeno - harjoitusliikkeet

Lääkärikirja Duodecim -kuvat  
6.9.2010

---



Kuva 1. Harjoitusohjelma olkapään lihasten vahvistamiseksi sijoiltaanmenon jälkeen. Vastuksena voi näyttää kuminauhaa tai vieteriä.

