

Obsah:

1) Příčiny bolestí zad a výhřezu disku.....	19
2) Příklady úspěšné léčby výhřezu disku.....	35
3) Léčba výhřezu disku cvičením SPS.....	47
4) Vyšetření svalů v klidu a v pohybu.....	113
5) Popisná a funkční anatomie hlavních stabilizačních svalových řetězců.....	121
6) Kurzy metody SPS pro odborníky, laiky a pacienty.....	129
Seznam podkladů pro výuku.....	132