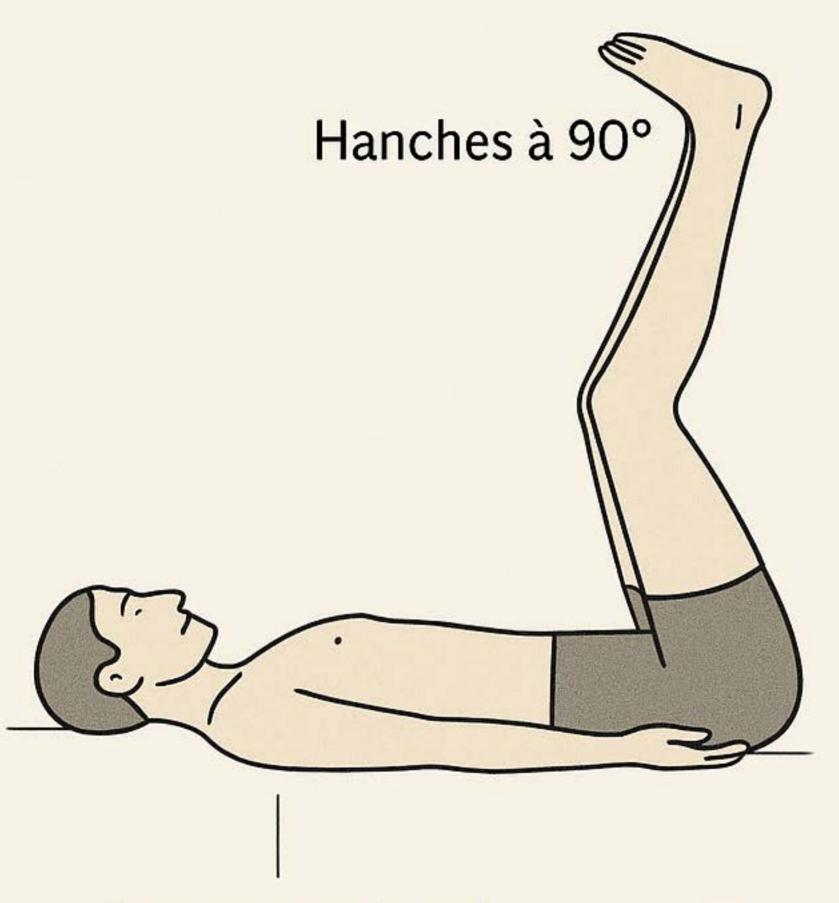
## POSTURE EN CHAÍNE MUSCULAIRE DE MÉZIÈRES

En décubitus dorsal



Bras tendus

Dos contre le sol

Pieds en dorsiflexion