

# VADBA ZA BOLEČINE V KRIŽU

NAJPOGOSTEJŠI VZROK BOLEČINE V KRIŽU JE POMANJKANJE  
GIBANJA, KAR PRIPELJE DO OSLABELOTI MIŠIC, KI SO  
ODGOVORNE ZA STABILNOST NAŠE HRBTENICE.

**VIPAVA**

**15.03.2024**

**OB 11:30**

**BABLERJEVA UL. 17**

**(2.NAD)**

**AJDOVŠČINA**

**22.03.2024**

**OB 08:30**

**DOM KRAJANOV**

**AJDOVŠČINA**



**Za prijavo na vadbo pokličite  
na tel: 041 409 762  
(Fizioterapevt CKZ)**