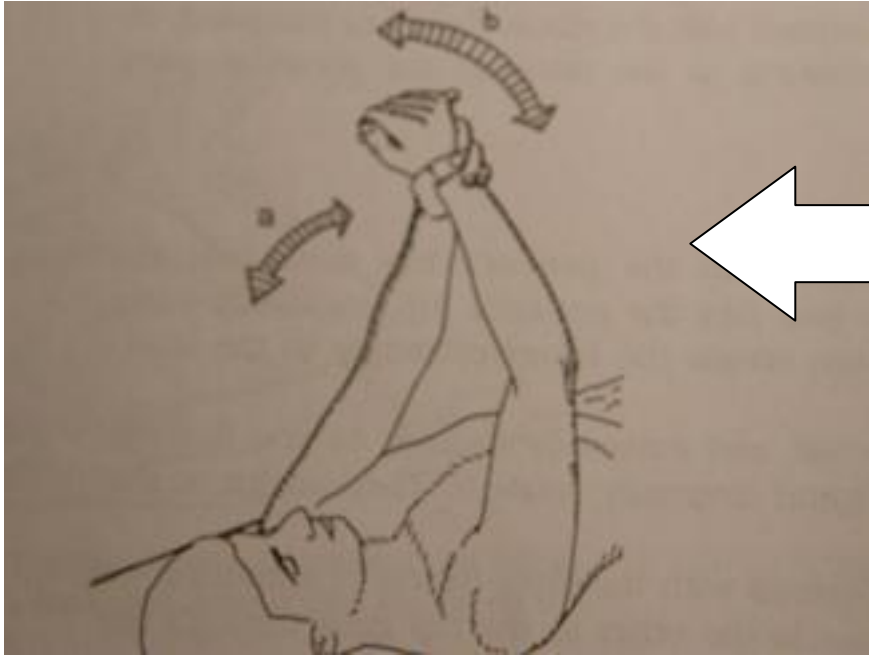


AKTIVNE VAJE-VAJE ZA SAMOASISTENCO

- **AKTIVNO ASISTIRANE**

so oblika aktivnih vaj, pri katerih je asistenca zagotovljena z zunanjo silo, ročno ali mehansko, ker mišica agonist giba potrebuje asistenco za kompleten gib

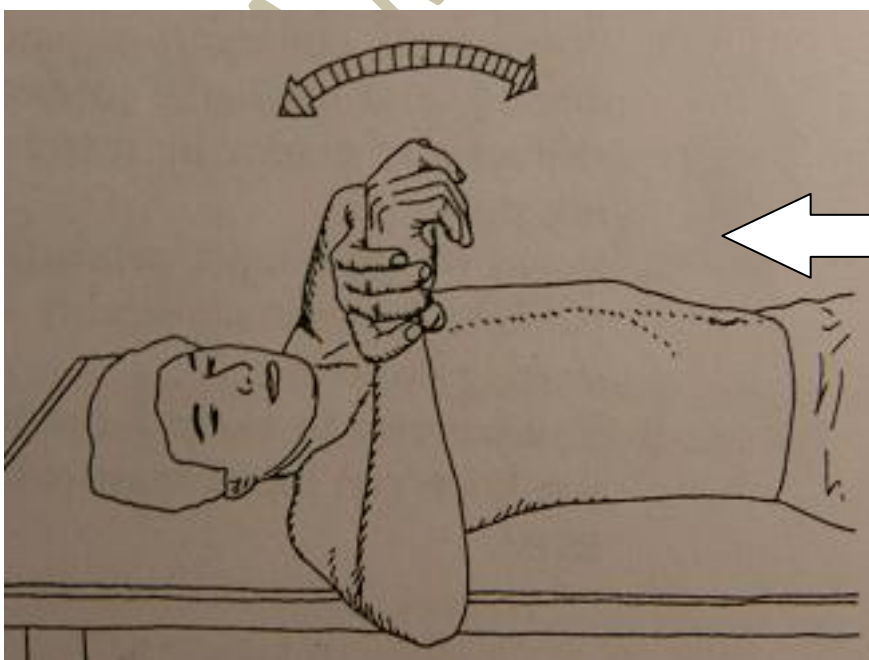


ANTEFLEKSIJA

RETROFLEKSIJA

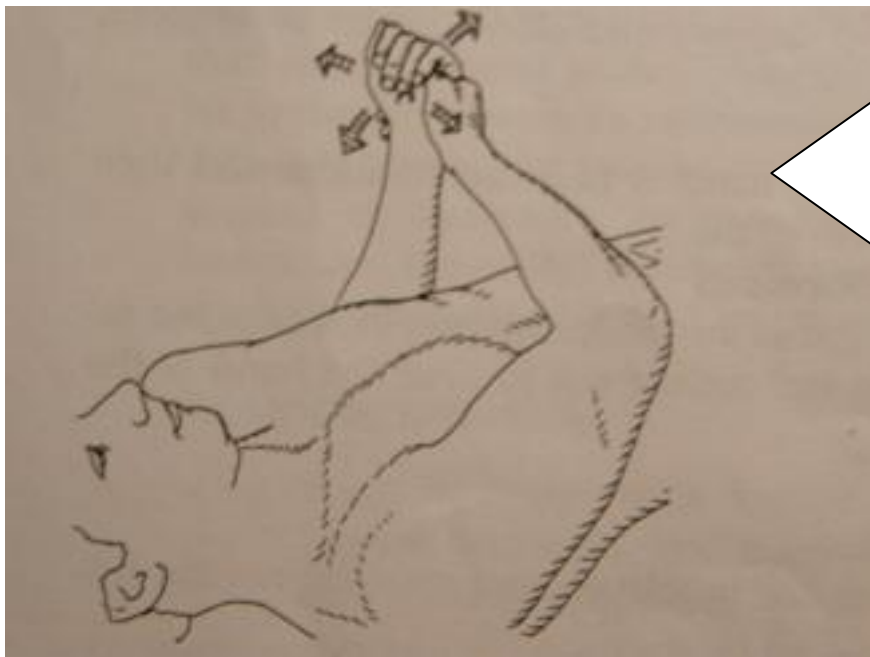
HORIZONTALNA ABDUKCIJA

HORINZONTALNA ADDUKCIJA

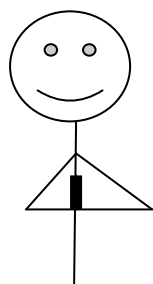


NOTRANJA ROTACIJA

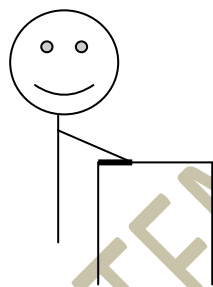
ZUNANJA ROTACIJA



- VOLARNA FLEKSIJA
- DORZALNA FLEKSIJA
- ULNARNA ABDUKCIJA
- RADIALNA ABDUKCIJA

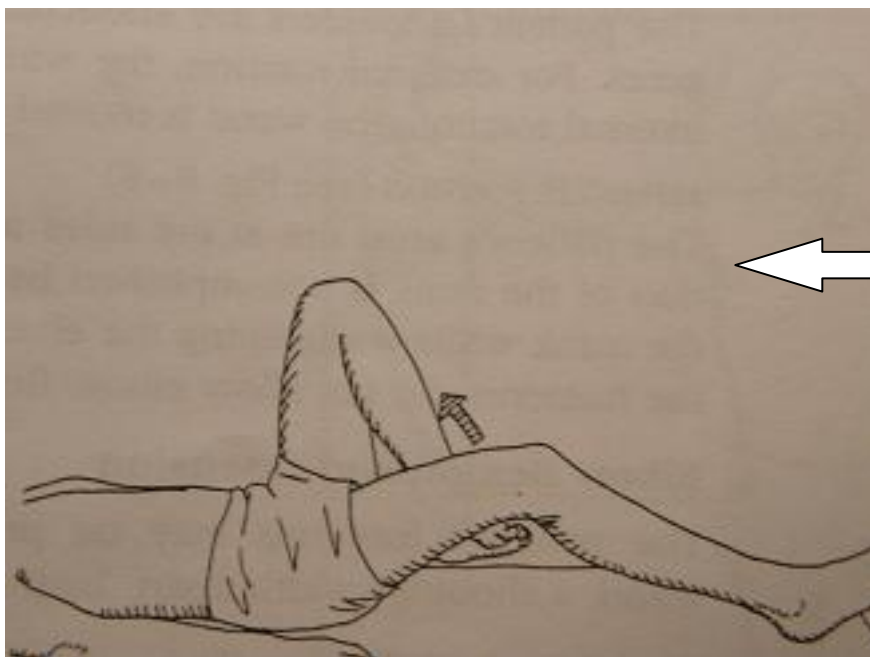


DORZALNA

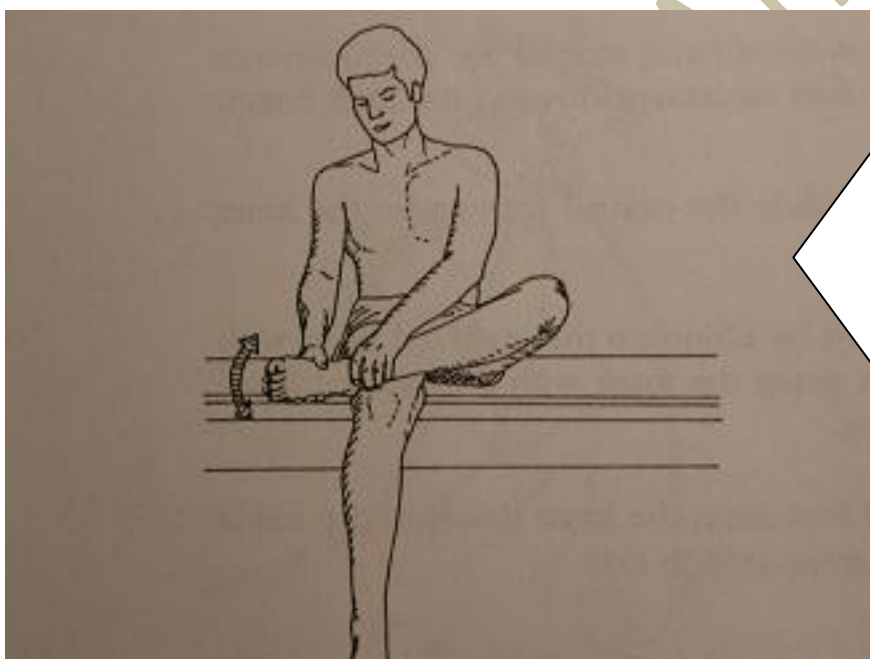


VOLARNA

KLARA MATEMATIK PILKO



FLEKSIJA KOLKA



- DORZALNA FLEKSIJA
- PLANTARNA FLEKSIJA
- INVERZIJA
- EVERZIJA
- FLEKSIJA PRSTOV
- EKSTENZIJA PRSTOV