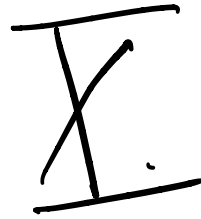


## VARIANTA



TÉMA - POHYB/MOBILITA



- pokračování v kl-rotacích  
ram. kl.
- normální polovina pohybů  
dívá na aktivaci předního svalů  
a tricepsu
- protrakce a retrakce  
(pohyb dopředu a dozadu)