

### 1° ΦΥΛΛΟ ΜΕΛΕΤΗΣ/ΕΡΓΑΣΙΑΣ (ΘΕΩΡΙΑ)

1. Αναφερθείτε στη φορά, στην αναπνοή, στη σειρά, στη συχνότητα και διάρκεια ως αρχές της εφαρμογής της τεχνικής της μάλαξης.
2. Ποια είναι τα τέσσερα είδη των θεραπευτικών αποτελεσμάτων της μάλαξης;
3. Γράψτε τρία φυσιολογικά αποτελέσματα της μάλαξης που αφορούν το κυκλοφορικό σύστημα.