<https://www.slideshare.net/4lykkerk/2-48407155> ΟΡΙΣΜΟΣ ΔΙΑΤΑΣΕΩΝ (ΠΟΔΟΛΟΓΙΑ)

<https://www.youtube.com/watch?v=uya6oYYZDQg> ΣΤΑΤΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΣΕΙΑ (ΠΟΔΟΛΟΓΙΑ)

<https://www.youtube.com/watch?v=q5i7jTBpuXc> ΠΟΔΟΛΟΓΙΑ (ΔΥΝΑΜΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΣΕΙΣ)