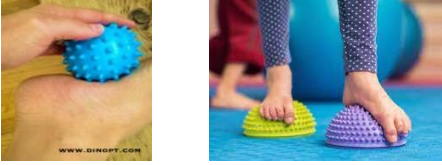









VAJE ZA FLEKSIBILNO PLOSKO STOPALO

1	Masaža stopalnega loka s taktilno ali navadno žogico	
2	Masaža in aktivacija stopalnih mišic	
4	Pobiranje blaga s prsti s tal	
5	Hoja po dlaneh in prstih nog	
6	Hoja po petah	
7	Pobiranje manjših predmetov s prsti s tal	
8	Hoja po zunanjem robu stopal	
9	Bosonoga hoja, taktilne podloge	

Obutev: normalni čevlji z upogljivim podplatom, usnjeni copatki.

Viri : fotografije: <https://blog.dinopt.com/flat-feet-you-say/>