

## **Лечебная физкультура в бассейне.**

Этот вид лечения соединил в себе полезные свойства физических занятий и позитивные условия, которые для организма человека создает вода. Основная задача – релаксация скелетных мышц конечностей и спины. Отличительное свойство такой гимнастики заключается в облегчении водной средой выполняемого физического упражнения. При многих заболеваниях водная физкультура помогает добиться улучшения состояния и ускорить выздоровление.

### **Physical therapy in the pool.**

This type of treatment combines the beneficial properties of physical activities and positive conditions that water creates for the human body. The main task is to relax the skeletal muscles of the limbs and back. The distinctive property of such gymnastics is to facilitate the water environment of the physical exercise performed. In many diseases, water exercise helps to improve the condition and accelerate recovery.

