Séances de kinésithérapie : rééducation du rachis lombo-sacré pour lombalgie commune chronique :

* Physiothérapie et massage, à visée antalgique
* Entretien articulaire, mobilisations et postures
* Etirements des segments lombaire, pelvi-fémoral, sous pelvien
* Renforcement musculaire : extenseurs du rachis, abdominaux, pelvi-fémoraux
* Education posturale
* Travail de la proprioception
* Reconditionnement à l’effort

+ Apprentissage d’auto-exercices , étirements et postures.