

Ενδεικτικές απαντήσεις

Θέμα 4^ο

4.

Οι κυριότερες τεχνικές διατάσεων είναι:

- I. Βαλλιστική τεχνική.
- II. Στατική τεχνική.
- III. PNF τεχνική.