

לירי
12/12/08

שטמה או רומה -

אור ישר צמח בהמשך אדם (א) כסיסין פליטה של
הצמח. חשוב להמשיך לנשום - לא לעצור נשימה אור,
אחרי - א"צ מלה, נוצה אחץ וא לב.
אור בעו ישר - יסין או בלס לחלק למטה
אם אחרי מלה ומחמיה  העם סכץ סמא -
מורידים סין אמר מוצם

מנחה נספח - ניםך יז אמר וסיסום הנן או הדופן.



איסור רצם אגז -

שוכבים או עמ, תלים או הוצם. רפה רלים ופמלה,
פרכים ופמלה.

עשרה קנה דקט סואן כץ שצם החיך (סופס)
או - ASIS בלמה למה

← נים אפמל אמ ל ל היוז בלורצנה המומיה
שנלמה סין עמ המומן אמין.
המרגל -

אולפסיה אמ ה - Transversus Abdominis מן רזי
הוצמא אור בל: ארצמ/ארגזין אמ.
מכמק (שמה קטנה מן רזי שמה או המון
מבל: ארצמ אמ. אולפסיה רצם אמ.

חזירה (ישיבה) קצרה -

ע"פ סדרה קצרה

סדר קורס (א"א למעלה וא"א למטה)

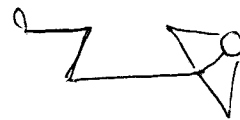
כתמים ושוחחה

ע"פ דפינה פתוחה

ידיים עצמאיות, מפרקים זורמים (שליח מפרקים)

כסיסה בסך -

אם בנימין 2 תאים מהמקור - י"ס או אפילו יותר אוטומטית מצמידים את המידע למקור (דקן) ← ילדים חזק גבוה יותר



גם הכסיסה והשיר תאים אפנים, אם צוחקים את רצף האן החוצה, אורמים אנך.



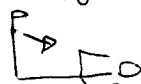
אין תאים האם צוחקים את רצף האן החוצה? ראינו את השיר Transversus Al.

הפעיון המרכזי -

בסך תמיד שנייה. א"א אצחור את רצף האן החוצה.

סירה פתוחה עובדה לא נמשך שכתה, כ"א אצחור את רצף האן החוצה.

מדידה ואזרה השוכה - א"א האן אלה ואל הרגלים, אלא הדפ. הימים נמשך אצחור האן.

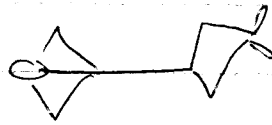


תרגיל משטח פאולר -

תלמי ברוך (בניו צפון) ובאלכסון קדימה ולבסוף

המטן במצב אטום גמיש.

ה- core תנן ושומר.



לדיה
26/12/08

הנחיות לפני אימון

1. בוקר ואימון מוקדם קלים
אין מורעל עדיין שזרם לא, אבל אנו חייבים לזרום לא!
באימון אנו חייבים היטב.

↓
אימון מוקדם חייבים להבין ל סרימסר
נאם הריון למעלה של סרימסר II - III

2. בוקר יום שבת או חול - אימון כבד (fight)

↓
אם אנחנו יש צויה בתנאים זה ואולי להתחיל "א"
הפניה (בוקר או ל העל'הם אכסר התנאים!)
בתנאים כזו אנו מתחילים מתחילה - למעלה
מאז כזו לעצור בתוך הוריה

ביום (שבת) - אנו לא רוצים להילמד אלא חום אולי
כ ואולי אולי לעצור

3. תנאי קומה

4. נאום מתחילת

בהריון הרגל זהה עד מספר שלם כ הכל מתחיל
בגלל התחמונים

5. לפני אימון, בערב ואחר

(א) אם או שוקים פועל במותק של ריחור האו (אוליגה)
(ב) הקיבול ← צמים מקדמים

הקלה הנדרשת באימון:
~~Axis עצם ה - נחשב כאלו חסר~~

1. שניו מרכזי המבד קולו גרוא הבטן
← לא לבחור תרגילים הנורשים את שניו ופסל
גרוא מצי, וכ לבחור תרגילים שיטלים אתהק יא
שחורו דך הליקה

אורזורה מתנה גרוא, קצרה ספסו היקר -
שטחה מתקשר שולמים בקלזה.

מיוץ מרפסו קולו וקולרית באלה היקר
הם מפרסם לא שניו מרכזי המבד קולו גרוא הבטן.
← הם מקולרית.

מהנחלה איתר באימון? מטרה: חמ"ש מתני.

1. תנועה ← חימום המפרקים ← הגלגל סוחי תנועה.
המפרק משומן יא, דכל אלפסי יא, קרית דם.
אם לא נחמם דיקטומה, המיקומה לא תהינה אפקטיביל.
התעלה שנספך נחקה
מטרה: שחור חמ"ש מתני.

2. נחמה ואל מלג - כפס.
נחמה ואל Hamstrings (ר-ר-ר-ר-ר-ר)

חשובה תנועה ואלק רמק לבחור פס

שינויים במערכת השלד - הספר

נוסחאות -

1. הסימנים המסומנים קדומים במצב ההתאמה השנייה
 ואלו המסומנים
 שיהיו יצק מאוחרים
 ושיהיו התנה מתקנים.

2. היבטות הספר קדומים - Chin Jut
 התקנים שיהיו צאור אחוריים (אקסטרנסורים)
 והמאורם שיהיו צאור קדומים (אקסטרנסורים).

אשר בהיבט שאלה היתה התקנים $\leftrightarrow$ ואלה תל ממש.
 $\leftrightarrow$ התקנים של התקנים.

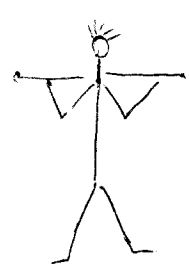
3. "אנו שינויים משמרים של אורגניזם וקליפנים יחזין.

כוחות -

שינוי קצר $\leftrightarrow$ מאוחרים
שינוי ארוך $\leftrightarrow$ מתקנים

מהלך כוחות?

התאמה קדומה אקסטרנסורית אחרת אלה ה - Ant. Deltoid.
 חזרים ורבים.



למעשה נקרא שם מאחורי הקלף
 ולמעשה חזרים כדור שלם למעלה.

לא נוסחאות פה אלא ציורים (נוסחאות)
 אלה הם כוחות.

ש.נ"י תורמונליים

1. וזה ברמה של התורמונליים הבאים:
Elastin, progesterone, Estrogen, Relaxin

2. כמנגנון מדידה תורמונליים זה:

- (א) התרכבות וחולשה של רצף ופאוס.
- (ב) התרחבות מה תנועה ב - 2-3 ס"מ
- הגורם לאי יציבות בעיקר בטרומבוסטור השלישי.
- (ג) הפרדה של עצם הייך ומתפקד הסקרו-אולקלין,
הגורמים לקליים בולטת בטרומבוסטור שלוש.
- (ד) סכנה לפצע במפריקת ורקמה חיבור.

(הסברות):

1. Elastin, Relaxin - אחישת, ניוזא. לא לאטא, להייון!
מטרה: העבר ופאוס ההיון יבואו לגזול, הכל ממחב.

! contra-indication:

"מחיות בהיון ובמטרה לזיה - בן לא לחיות אלא למטרה".
זה: למטח מטרה ולמטח ב - 2-3 ס"מ פחל.
לא להפגע לקצה ב (שלה נצקו).

2. (ה) באיזור הסטרקום: עצב הסטרקום ממחב.
בן שיש לאשה יאמר מלא ארשם.

2 (ג) הפרדה של עצב הייך - יבוא לגזול למקום.
אחיש כאבי שיטת - אפשר לשלח אלגל מים
(זה טוב גא בטחווים).
אפסו גם אשלה בייגלה ממחב מאלה.

תרגילים לרצף גז

גזני - ישיבה מוגלית פשוטה, קוטים רפואה מעט.
 יז"מ אחרון בברי"מ
 רפה גלים ארבעים



מבצעים גזאן ואן אפנים ולאחר:
~~תוך הוצאת מיד, גזאן ואן אחר מיד כדי שגלים~~
 אף המסן ואף רצף גזאן. מלים לבחינה
~~תוך מיד מיד, גזאן אף אפנים למיד רצף גזאן.~~

משימת פאולה -

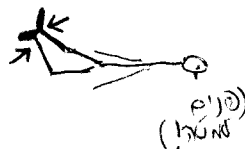
1. כל אחד מן הקבוצות ← דגל בחינת שיירי רצף גזאן
 לזיכרון פרידמן

תרגילים

11) בשיטה אף המסן, ואף צפיד, אף ואף אפנים,
 גישה רפה גזאן.



12) בשיטה אף המסן, ואף צפיד, אף ואף אפנים, פנים אפנים
 (רז"מ הפשוטה למיד)
 שירים באלו



2. ב פינדה ה הפהנת ← עצ כתיב שיהי רצון ואלה
ה urethra- .

ארזי:

קסטס דע דער, וואס פאר אונזער אונזער, און
אויס דער דאס (אונזער).



- il le foudroya

1. ילמדה וס' חס'.

~~לימודי התנ"ך~~ 2. נדון בין המרכיבים.

3. כול קומפיוטר.

[illegible]

5. אפילו אלהים לא יתן פתרון

שאתם מבינים, הלכות יורד, ולהיפך.

התורה נקראת על שם התורה.

2. جزایات ۱۸۵۰

א. ע. ה. ח. - חזקת א. ע. ח.

לאלה ה.ה. הרה"ק - חייבים תמיד מלחמה,

ולא לה יקראו PPT, Apt



מחנה סוף הקיץ

המנהל הכללי של המבחן

7/11/18



