
Bibliografía

- Alter, M. J. (2004) "Los estiramientos. Desarrollo de ejercicios". Barcelona: Paidotribo.
- Anderson, B (2004) "Estirándose. Guía completa de estiramientos para tonificar, flexibilizar y relajar el cuerpo". Barcelona: RBA.
- Paulsen, F (2012)"Sobotta: Atlas de Anatomía Humana". Colección 3 volúmenes. 23ª edición. Barcelona: Elsevier España.
- McAtee, R. E. (2009) "Estiramientos facilitados". Puerto Rico: Médica Panamericana.