

```
window.yaContextCb.push(())=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-3", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-3" }) })
```



Что за видеокурс.

Экспресс-видеокурс по упражнениям для позвоночника.

Автор курса Сергей Кардаполов.

Сергей Кардаполов на Первом телеканале.

Дополнительно.

Курс доступен по e-mail подписке.

Дополнительную информацию смотрите на сайте бесплатного видеокурса:

[Узнать подробности \(перейти на страницу бесплатного видеокурса\)](#)

&nbsp;&nbsp; Карточка курса:	* Название:	Уникальные упражнения от любых болей
Автор(ы):	Кардаполов Сергей	
Формат курса:	Бесплатный видеокурс	
Цена:	Бесплатно по подписке	
Способы доставки:	Скачиваемая версия.	

*-данные карточки курса могут не соответствовать текущим данным о курсе, подробную информацию смотрите на сайте курса

** Другие курсы автора(ов), издателя:** Ссылки на страницы автора(ов),
Кардаполов Сергей

```
window.yaContextCb.push(()=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-2", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-2" }) })
```