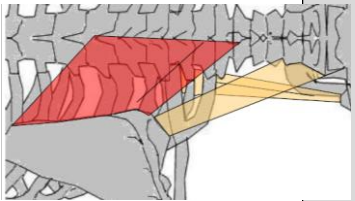
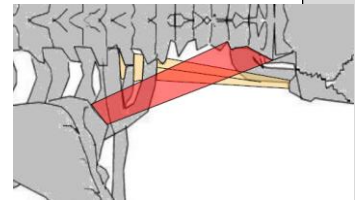
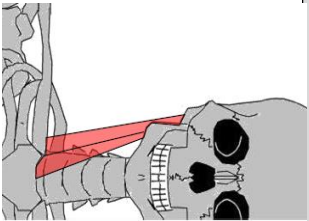
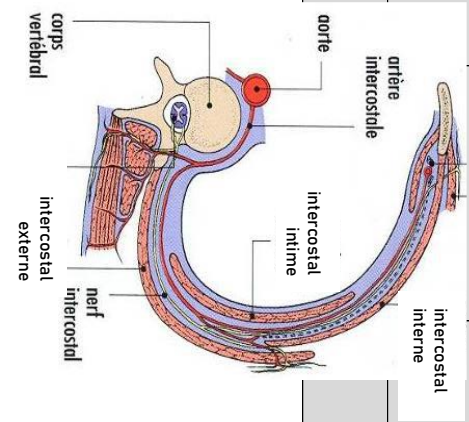
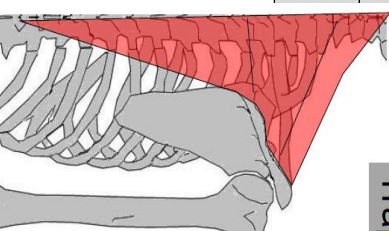
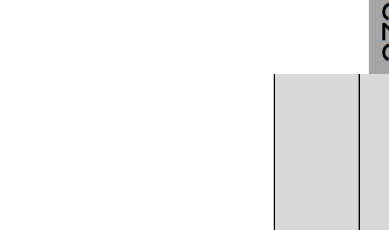
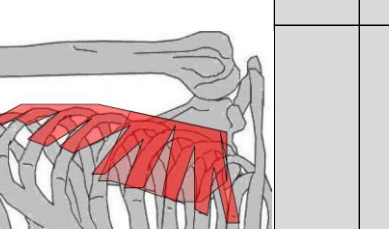
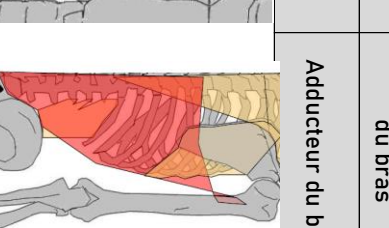
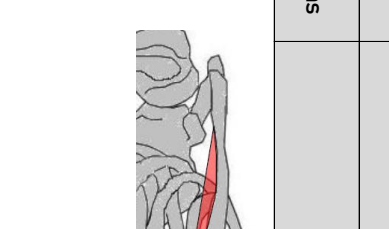
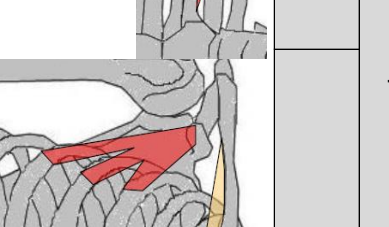
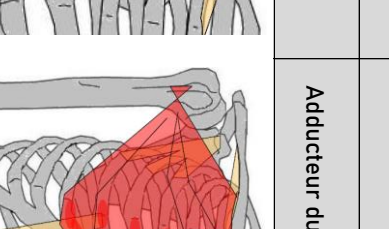
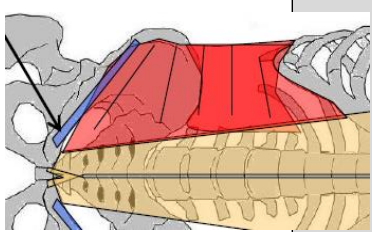
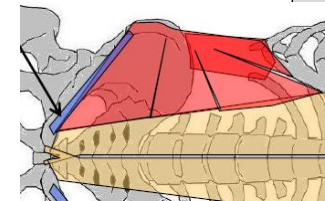
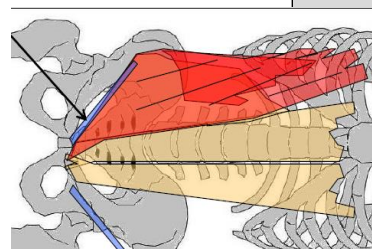
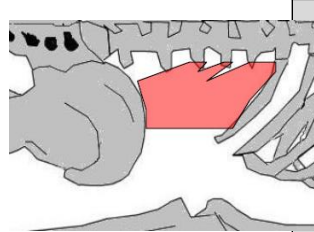
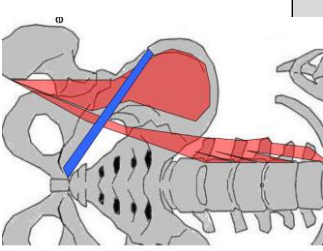


| Groupe/Plan   | Muscles intercostaux         |         |         | Jonction cervico-thoracique        |                               |                           |                                   |
|---------------|------------------------------|---------|---------|------------------------------------|-------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|
| Muscle (chef) | Intime                       | Interne | Externe | STERNO-CLEÏDO-MASTOÏDIEN           | LEVATOR SCAPULAE              | PETIT ET GRAND RHOMBOÏDES | TRAPEZE Sup                       |
| Insertion     |                              |         |         | Manubrium Clavicule                | Processus transverses C1 à C4 | Bord médial scapula       | Os occipital<br>proc épin C1 à C5 |
| Trajet        | Le plus interne              |         |         | Haut, dehors, arrière              | Bas dehors                    | Haut dedans               |                                   |
| Terminaison   |                              |         |         | Apophyse mastoïde de l'os temporal | Angle sup scapula             | C6 à C8<br>T1 à T4        | 1/3 ext clavicule                 |
| Actions       | Inspiration                  |         |         | Inspiration                        | Elève la scapula              | Adducteur de la scapula   |                                   |
|               | Expiration (majoritairement) |         |         |                                    |                               |                           |                                   |
|               |                              |         |         |                                    |                               |                           |                                   |



| Paroi du thorax                                                                |                               |                                                                                  |                                                                                  |                                                                                  |                                                                                    |                                                                                    |                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| TRAPEZE<br>Moy                                                                 | TRAPEZE<br>Inf                | DENTELE ANTERIEUR                                                                | GRAND DORSAL                                                                     | SOUS-CLAVIER                                                                     | PETIT PECTORAL                                                                     | GRAND PECTORAL                                                                     | Muscle grand droit de l'abdomen.                                                   |
| Processus épineux C7 à T3                                                      | Processus épineux T2/T3 à T12 | Côtes 1 à 9                                                                      | Côtes 8 à 12<br>Crête iliaque<br>proc épin T7 à L5                               | Côte 1                                                                           | Côte 3, 4, 5                                                                       | Clavicule, manubrium, côtes 2 à 6, gaine aponevrotique du grand droit              | Cartilages costaux 5 à 7<br>Processus xyphoide                                     |
|                                                                                |                               | Sous scapula                                                                     | Haut dehors + vrille sous les aisselles                                          |                                                                                  | haut arr dehors                                                                    | Au dessus du petit pec                                                             | Vertical<br>Plus large en haut<br>Dans une gaine aponevrotique                     |
| Acromion et scapula                                                            | Scapula                       | Angle sup, bord spinal, pointe distale scapula                                   | Coulisse bicapitale de l'humérus                                                 | Clavicule                                                                        | Processus coracoïde scapula                                                        | Lèvre externe gouttière bicapitale humérus                                         | Face antérieure bord sup pubis                                                     |
| Stabilise la scapula                                                           |                               | Amène la scapula vers l'avant                                                    |                                                                                  | Inspiration                                                                      |                                                                                    |                                                                                    |                                                                                    |
|                                                                                |                               |                                                                                  | Extension et rotation du bras                                                    | Abaisse l'épaule                                                                 |                                                                                    | Adducteur du bras                                                                  | Flexion antérieure thorax                                                          |
|  |                               |  |  |  |  |  |  |

| Antéro-latéraux de l'abdomen                                                                                               |                                                                                  |                                                                                               |                                                                                   | Dorsaux de l'abdomen                                                                                                                 |                                               |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--|
| Muscle transverse de l'abdomen.                                                                                            | Muscle oblique interne                                                           | Muscle oblique externe                                                                        | CARRE DES LOMBES<br>= Quadratus lumborum                                          | Ilio                                                                                                                                 | Psoas                                         |  |
| 2/3 ant Crête iliaque<br>Fascia iliaque<br>Fascia thoraco-lomb<br>Face interne<br>cartilages cost 7 à 10<br>Côtes 11 et 12 | 3/4 ant crête iliaque<br>Ligament inguinal<br>Fascia iliaque                     | Face ext<br>des côtes 6 à 12                                                                  | Côte 12<br>Proc transv L1 à L3/L4                                                 | 2/3 ant fosse iliaque                                                                                                                | Disque interv T12 à L5<br>Proc transv L1 à L5 |  |
| Au dessus du ligament inguinal                                                                                             | Oblique haut avant                                                               | Oblique bas avant médial                                                                      | Bas dehors                                                                        | Sous le ligament inguinal                                                                                                            |                                               |  |
| Aponévrose qui participe à la gaine du grand droit                                                                         | Côte 10 à 12<br>Cartilage cost 10<br>Aponévrose (gaine du grand droit)           | 1/2 ant crête iliaque<br>Aponévrose gd droit<br>3 piliers (délimitent l'orifice inguinal ext) | Crête iliaque                                                                     | Petit trochanter fémur                                                                                                               |                                               |  |
| Expiration                                                                                                                 |                                                                                  |                                                                                               |                                                                                   |                                                                                                                                      |                                               |  |
|                                                                                                                            | Rotation latérale<br>= du coté de l'interne                                      | Rotation contro-latérale<br>= du coté opposé                                                  | Inclinaison rachis+thorax<br>FLOSSING<br>(inclinaison du bassin du même côté)     | Trucs pas très catholiques :<br>Inclinaison antérieure rachis et bassin =<br>fléchisseur tronc<br>Flexion hanche<br>Rotation externe |                                               |  |
|                                                                                                                            | Flexion latérale                                                                 | Flexion antérieure tronc                                                                      |                                                                                   |                                                                                                                                      |                                               |  |
|                                             |  |               |  |                                                    |                                               |  |