

LES MUSCLES DE LA CUISSE



3 principaux groupes musculaires :

- Quadriceps
- Ischio-jambiers
- Adducteurs

QUADRICEPS :

- Droit antérieur
- Vaste interne
- Vaste externe
- Crural

Fonction :

Extension de la jambe sur la cuisse

Insertions :

Droit antérieur = bassin

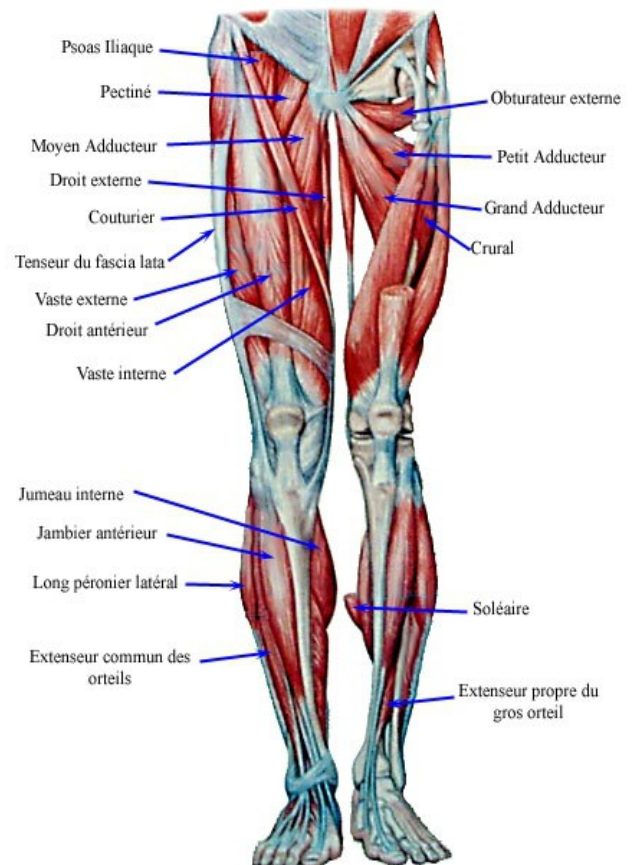
Vaste interne = fémur

Vaste externe = fémur

Crural = fémur = fémur

Terminaison :

Rotule



ISCHIO-JAMBIERS :

- Demi-tendineux
- Demi-membraneux
- Biceps crural

Fonction :

Flexion de la jambe sur la cuisse

Insertions :

Bassin

Terminaison :

Tibia



ADDUCTEURS :

- Pectiné
- Petit adducteur
- Moyen adducteur
- Grand adducteur

Fonction :

- Adduction de la cuisse sur le bassin
- Rotation externe de la cuisse
- Flexion de la cuisse sur le bassin

Insertions :

Pubis

Terminaison :

Fémur

