

Skeleton Muscles/Skeleton Muscle Movements

N I Q U S B I C E P S U I Z P A R T U Z Z D K G
 N S R Z F F L E X I O N B I Q T L N Y S C Y C K
 N R S I V E R B S U E N O R E P N E W T H Z Z E
 E O D C G N I R T S M A H O T G X V R E I X F D
 K D E R J V F I M H E G K W W T I J O R J I O B
 E S L R W S U M I X A M S U E T U L G N J O N O
 A U T V O S X V A L S A N R C I Z H Q O T B T U
 L M O A W T S K L V Y I N T C B J U C C I H P E
 F I I O T M A I U S F A L T R T T B F L B X P X
 J S D D A P K T R W L F Z A Y J T B F E I N R T
 B S G B Y A K U I O W T H J T Q S N D I A C E E
 Q I O G D L J B B O M K R H D N W W Y D L R C N
 Y T R L P R Q L W S N E Q I I Y O E U O I G T S
 D A K O Y K I C V Q F O F A C T D R U M S E U I
 P L W P D Q D X U P K F K S S E P Q F A A S S O
 T E P J U X A A A F K U O I U I P C G S N L A N
 L E C E X L D B F V Q F M U A T W G H T T A B S
 G N G T Q R D A D D U C T I O N C D O O E R D V
 A Q I F I U Q W I T Y R R P W A Y E Q I R O O O
 K O N C C N G R O E Y V R L B J D U R D I T M B
 W Y E T W Y E R O J A M S E R E T C V Z O C I D
 B P I S L O S U I M E N C O R T S A G P R E N O
 S O U V J Z X V S A S C C S Y Q I H V J S P I M
 N W Z A B R A C H I O R A D I A L I S Y O J S Y

Sternocleidomastoid
Rectus Abdominis
Rectus femoris
Abduction
Pectineus
Trapzius
Bicep

Tibialis Anterior
Peroneus brevis
Gastrocnemius
Adduction
Pectorals
Flexion

External Oblique
Brachioradialis
Teres Major
Extension
Hamstring
Deltoid

Latissimus Dorsi
Gluteus Maximus
Quadriceps
Frontalis
Rotation
Tricep