

ADDUTTORI DELL'ANCA

ADD. LUNGO

(FLESSORE ed INTRAROTATORE)

ADD. BREVE

(FLESSORE ed EXTRAROTATORE)

ADD. GRANDE

(INTRAROTATORE)

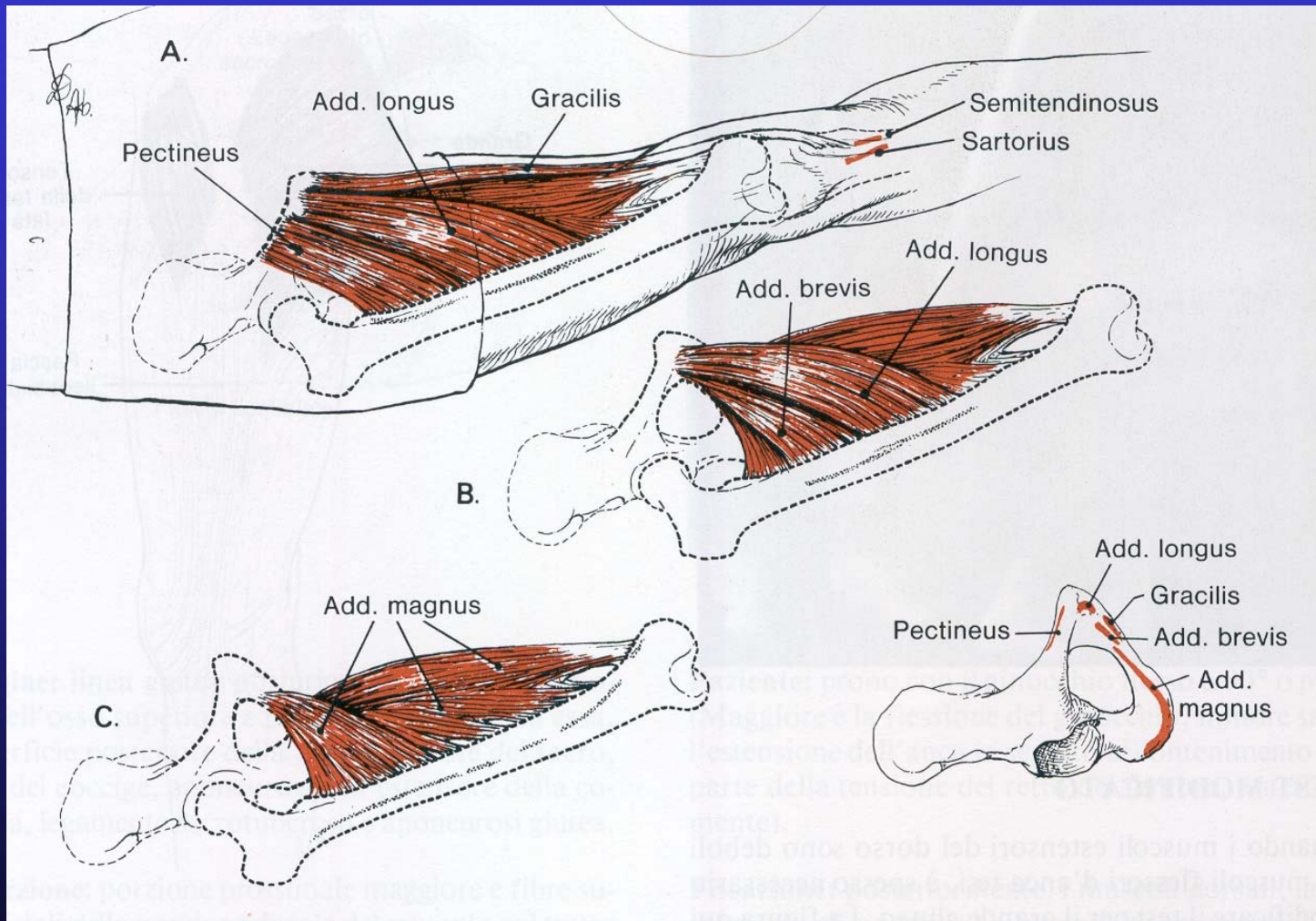
GRACILE

(INTRAROTATORE)

PETTINEO

(FLESSORE ed EXTRAROTATORE)

ADDUTTORI DELL'ANCA



www.fisiokinesiterapia.biz

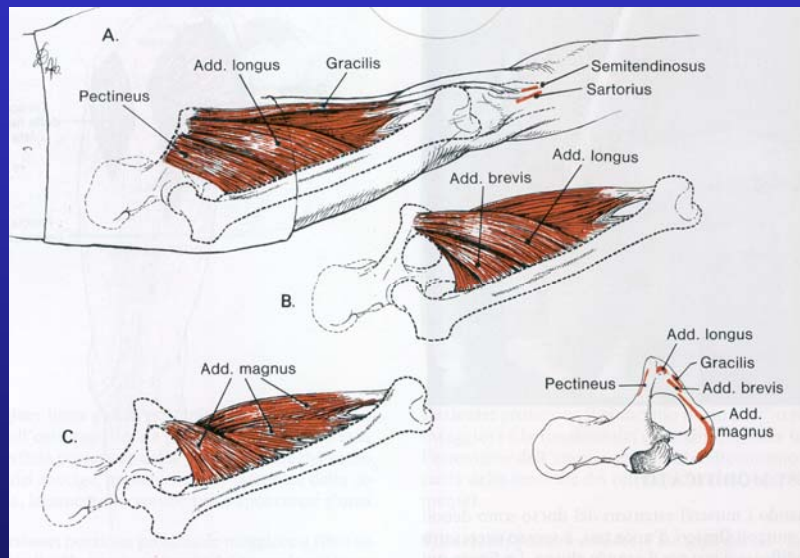
ADDUTTORI DELL'ANCA

GRANDE ADDUTTORE

INTRAROTATORE

ORIGINE: Ramo inf ischio e pube

INSERZIONE: Tuberosità glutea, linea aspra, tub. adduttore



ADDUTTORE BREVE

FLESSORE, EXTRAROTATORE

ORIGINE: Ramo inf pube

INSERZIONE: 2/3 distali linea pettinea

ADDUTTORE LUNGO

FLESSORE, INTRAROTATORE

ORIGINE: Sup ant pube tra cresta e sinfisi

INSERZIONE: 1/3 centrale della linea aspra

ADDUTTORI DELL'ANCA

GRACILE

INTRAROTATORE

ORIGINE: Metà inf sinfisi pubica

INSERZIONE: Superficie mediale del corpo della tibia vicino al semi-tendinoso e sartorio

PETTINEO

FLESSORE, EXTRAROTATORE

ORIGINE: Ramo sup pube

INSERZIONE: linea pettinea del femore

ADDUTTORI DELL'ANCA

Adduzione dell'arto sottostante contro resistenza

EXTRAROTATORI DELL'ANCA

PIRIFORME

OTTURATORE ESTERNO

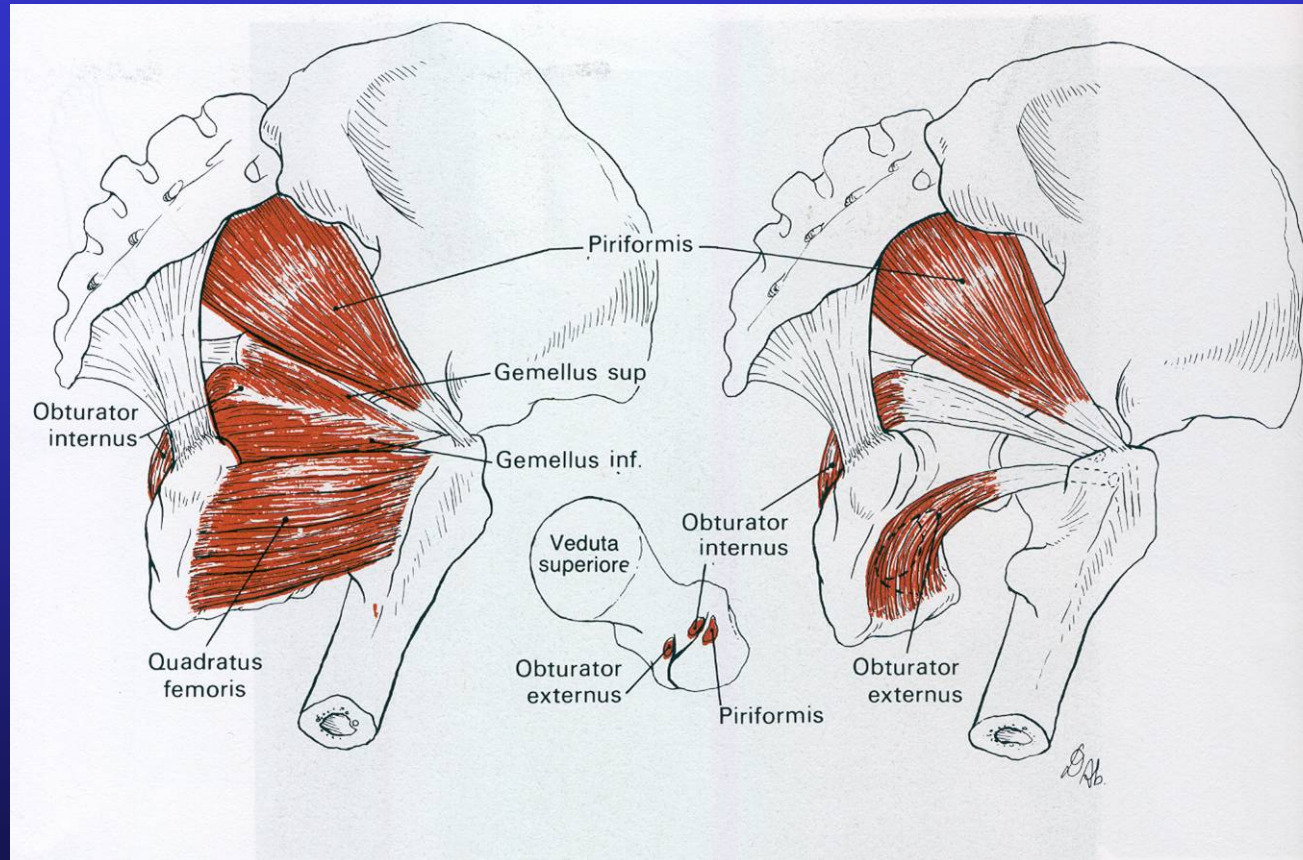
GEMELLI (SUP. ed INF.)

QUADRATO DEL FEMORE

OTTURATORE INTERNO

(ABDUTTORE)

EXTRAROTATORI DELL'ANCA



www.fisiokinesiterapia.biz

EXTRAROTATORI DELL'ANCA

PIRIFORME: **ORIGINE** Sup. pelvica del sacro

INSERZ. Grande trocantere

OTTURATORE EST.: **ORIGINE** Os. Pubico ed ischiatico

INSERZ. Fossa trocanterica

GEMELLI (SUP. ed INF.): **ORIGINE** Spina e tuberosità ischiatica

INSERZ. Sup. mediale gran trocantere

QUADRATO D. FEMORE: **ORIGINE** Tub. ischiatica

INSERZ. Cresta intertroc.

OTTURATORE INT.: **ORIGINE** Forame otturatorio

(ABDUTTORE)

INSERZ. Sup. mediale gran troc.

EXTRAROTATORI DELL'ANCA

Rotazione laterale
della coscia contro
Resistenza

INTRAROTATORI DELL'ANCA

TENSORE FASCIA LATA

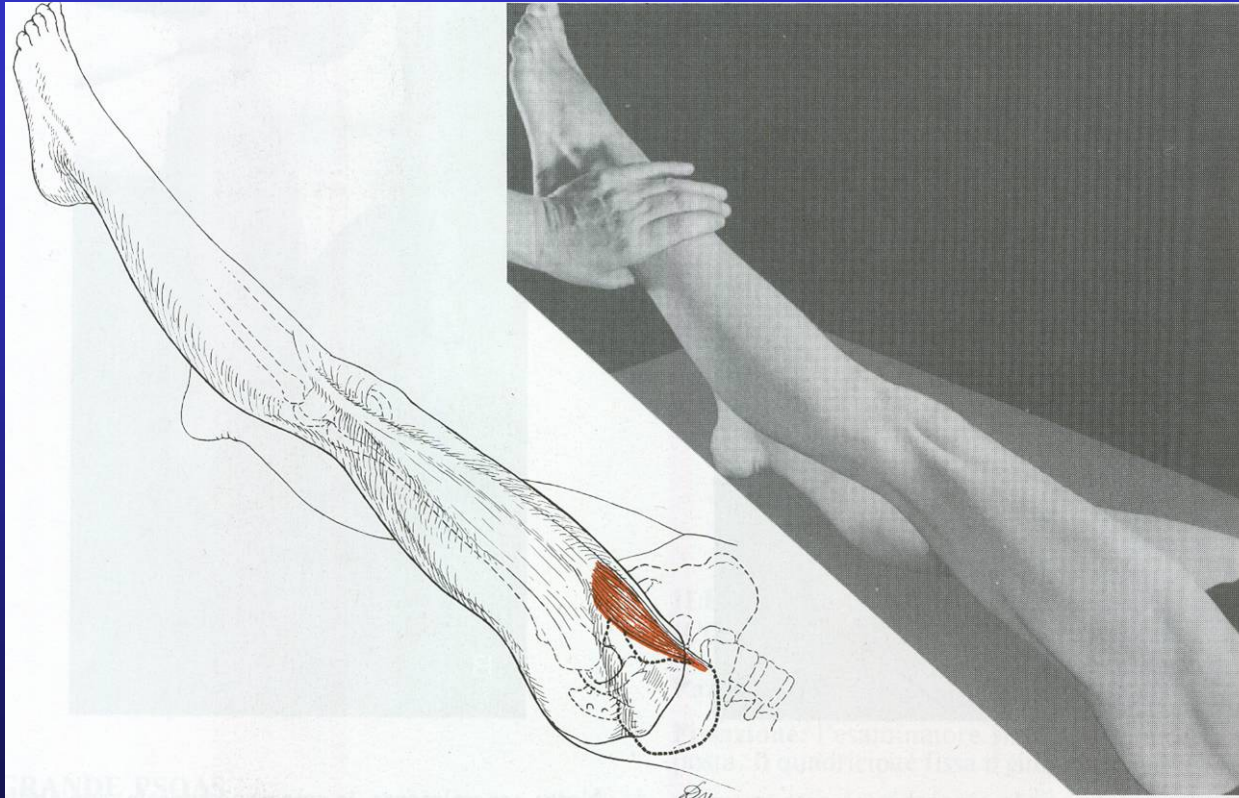
GLUTEO MEDIO

“” PICCOLO

(ABDUTTORI)

TENSORE DELLA FASCIA LATA

INTRARUOTA, FLETTE E ABDUCE L'ANCA



ORIGINE: Parte ant labbro est. della cresta iliaca

INSERZIONE: Tatto ileo-tibiale della fascia lata

TENSORE DELLA FASCIA LATA

INTRARUOTA, FLETTE E ABDUCE L'ANCA

**Abduzione, flessione e rotazione mediale dell'anca
contro resistenza**