




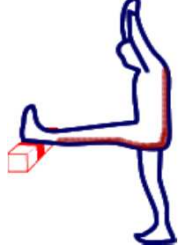


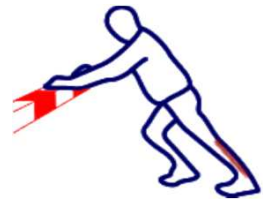


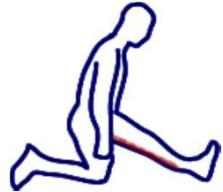





ETIREMENTS

<i>Côtés</i>	 <p><i>adducteurs</i> (intérieur des cuisses)</p>	<i>Côtés</i>	 <p><i>adducteurs</i> (intérieur des cuisses)</p>	<i>Côtés</i>	 <p><i>adducteurs</i></p>
<i>Buste</i>	 <p><i>dos</i></p>	<i>Buste</i>	 <p><i>dos et intercostaux</i></p>	<i>Buste</i>	 <p><i>Ischios jambiers</i> <i>Dos</i></p>
<i>Arrière</i>	 <p><i>fessiers</i></p>	<i>Arrière</i>	 <p><i>fessiers</i></p>	<i>Arrière</i>	 <p><i>mollets</i></p>
<i>Arrière</i>	 <p><i>ischios jambier</i> <i>en rotation</i></p>	<i>Arrière</i>	 <p><i>ischios jambier</i> <i>pointe de pied vers soi</i> <i>et dos droit</i></p>	<i>Arrière</i>	 <p><i>ischios jambier</i></p>
<i>Avant</i>	 <p><i>psoas</i> <i>haut de l'avant cuisse</i></p>	<i>Avant</i>	 <p><i>quadriceps</i></p>	<i>Avant</i>	 <p><i>quadriceps</i></p>