

Devoirs FOAD 2023 / 2024

Cours : Le complexe épaule

Date de remise du devoir jeudi 23 novembre

Devoirs : Le complexe épaules : Répondre aux 4 questions ci-dessous

1. Quelles sont les articulations qui composes le complexe épaule ?
2. Quel est le rôle du supra épineux ? et les précotions à prendre
3. Donnez le principe de la coiffe des rotateurs ?
4. Choisissez 4 exercices de renforcement spécifique de l’épaule en expliquant à quels muscles ils s’appliquent

Correction le 27 novembre

Correcteur : MAIORANA Matteo