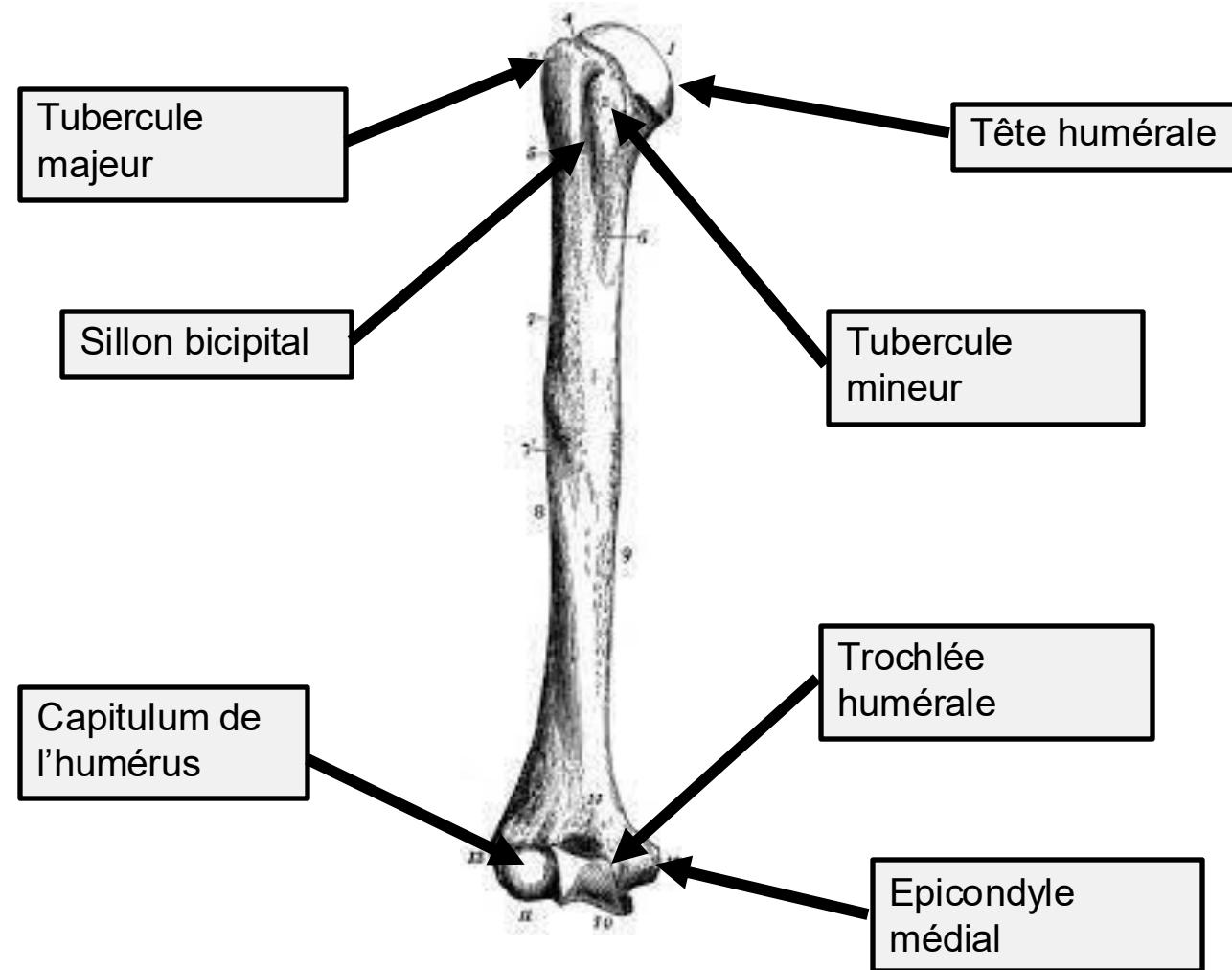


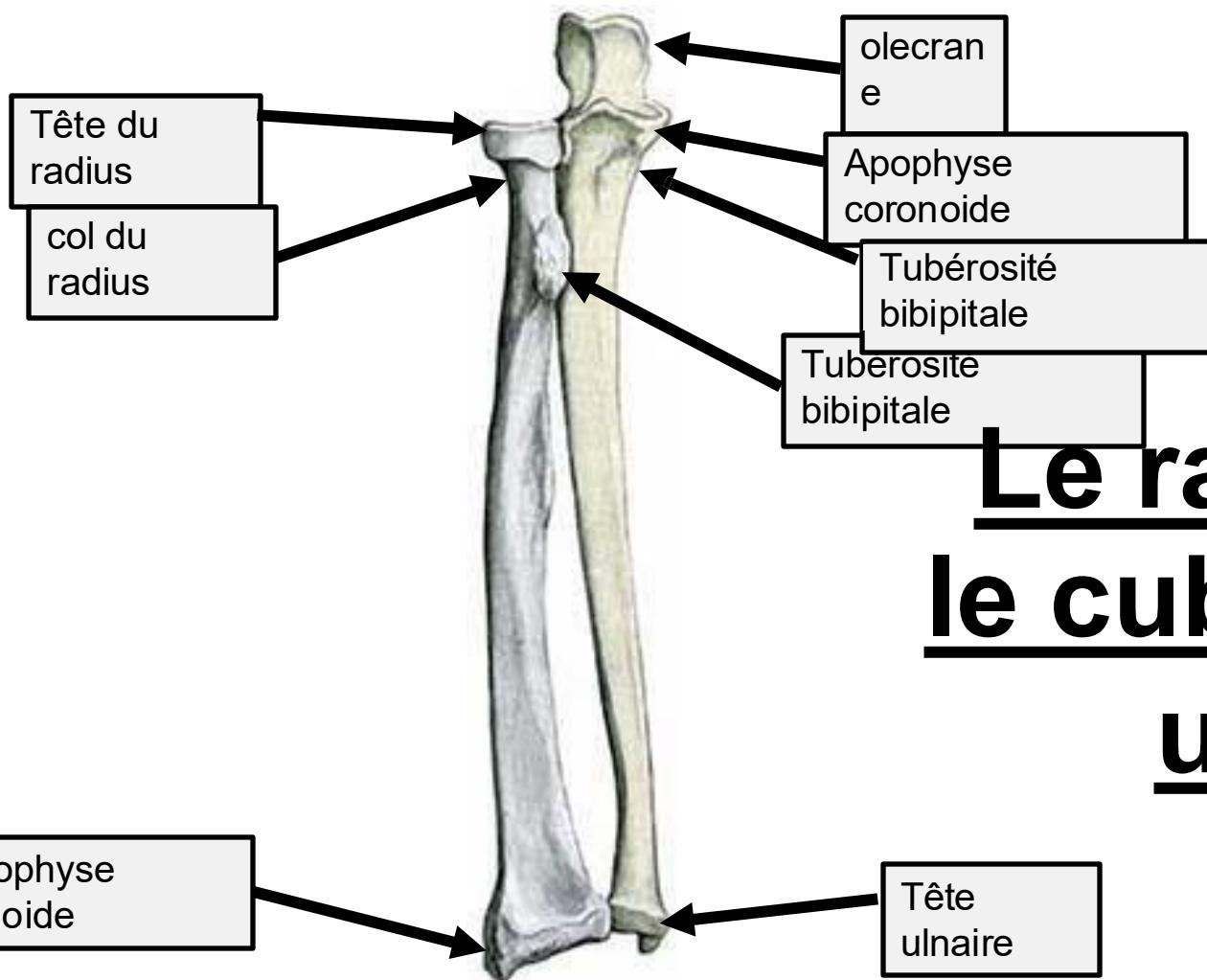
L'articulation du coude



ProSportConcept
Formation aux métiers du sport

humérus

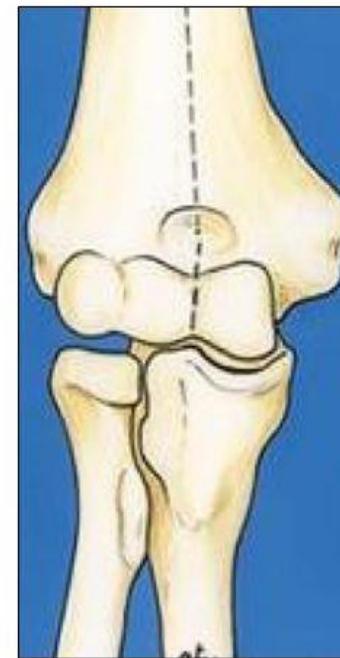


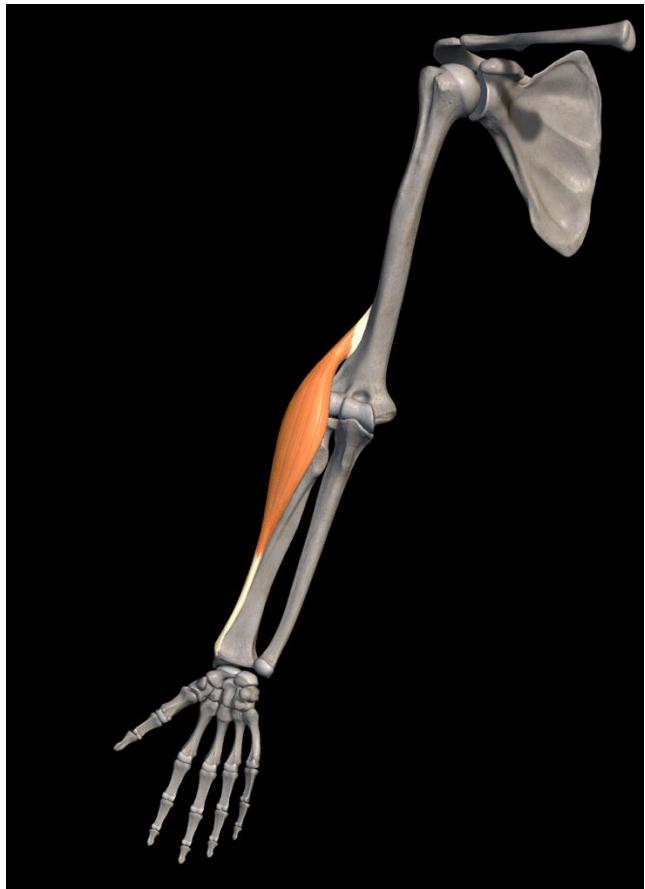


Le radius et le cubitus (ou ulna)

Surfaces articulaires

- Au nombre de 4
 - Extrémité inférieure de l'humérus
 - Palette humérale
 - Extrémité supérieure du radius
 - Tête radiale
 - Extrémité supérieure de l'ulna
 - Face interne du ligament annulaire





Le brachio radial

Origine: bord latéral
externe de l'humérus

Terminaison: processus styloïde
du **radius**

Action: flexion coude

Brachio radial

Etirement

Renforcement

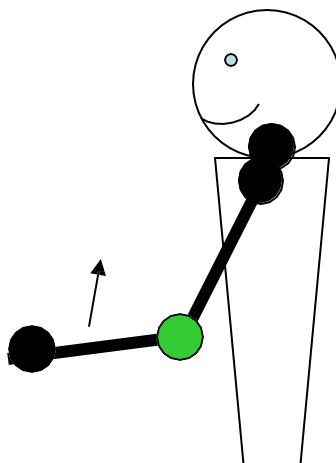
Le biceps brachial

Origine:

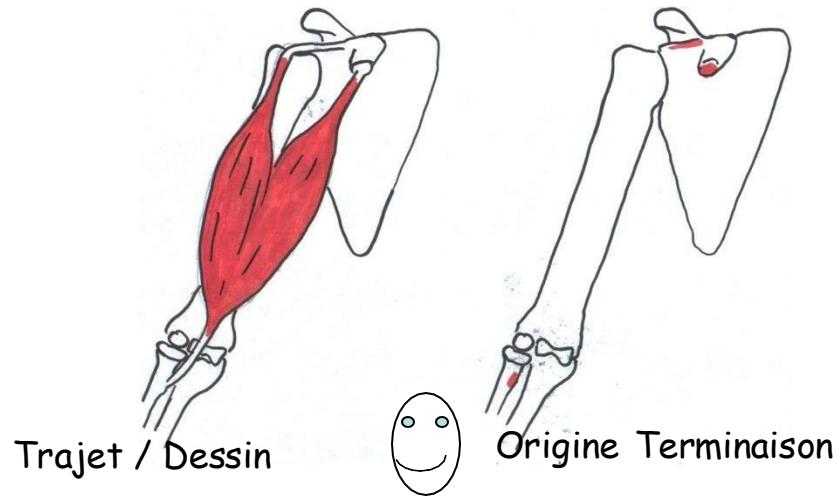
LP : au dessus de la cavité glénoïde (par un tendon intra capsulaire mais extra synovial).

CP : apophyse coracoïde de l'omoplate

OMOPLATE



Action: fléchisseur du coude
supinateur



Terminaison: Par un tendon puissant sur la tubérosité bicipitale du radius **RADIUS**

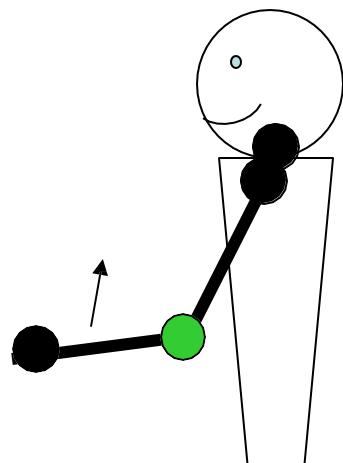
Biceps brachial

Etirement

Renforcement

Le brachial antérieur

Origine: face antérieure
de l'humérus **HUMERUS**

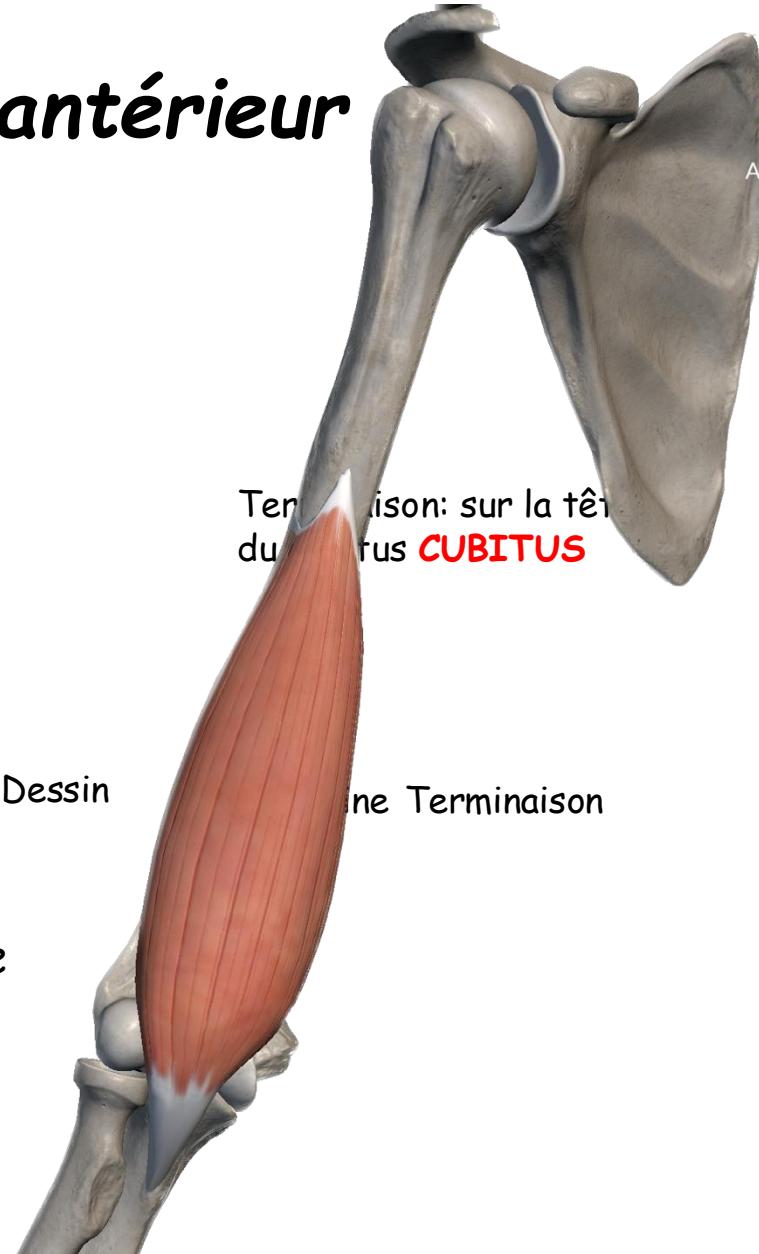


Trajet / Dessin

Termination: sur la tête
du radius **CUBITUS**

Terminaison

Action: fléchisseur du coude



Brachial antérieur

Etirement

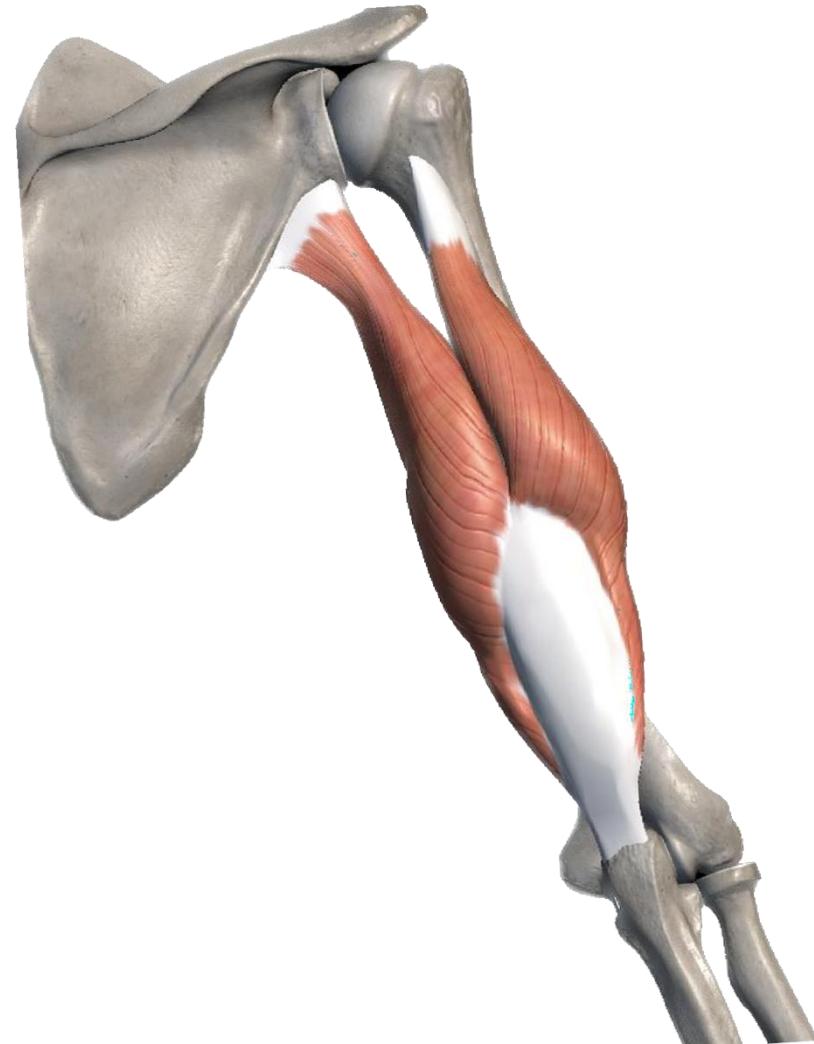


Renforcement

Origine: **Longue portion** : sous la cavité glénoïde **Vaste externe** : face postérieure de l'humérus, en dessous du trochiter, **Vaste interne** : 1/2 inférieure de la face postérieure de l'humérus **OMOPLATE HUMERUS**

Terminaison: Par un tendon commun sur l'olécrane du cubitus **CUBITUS**

Le triceps brachial



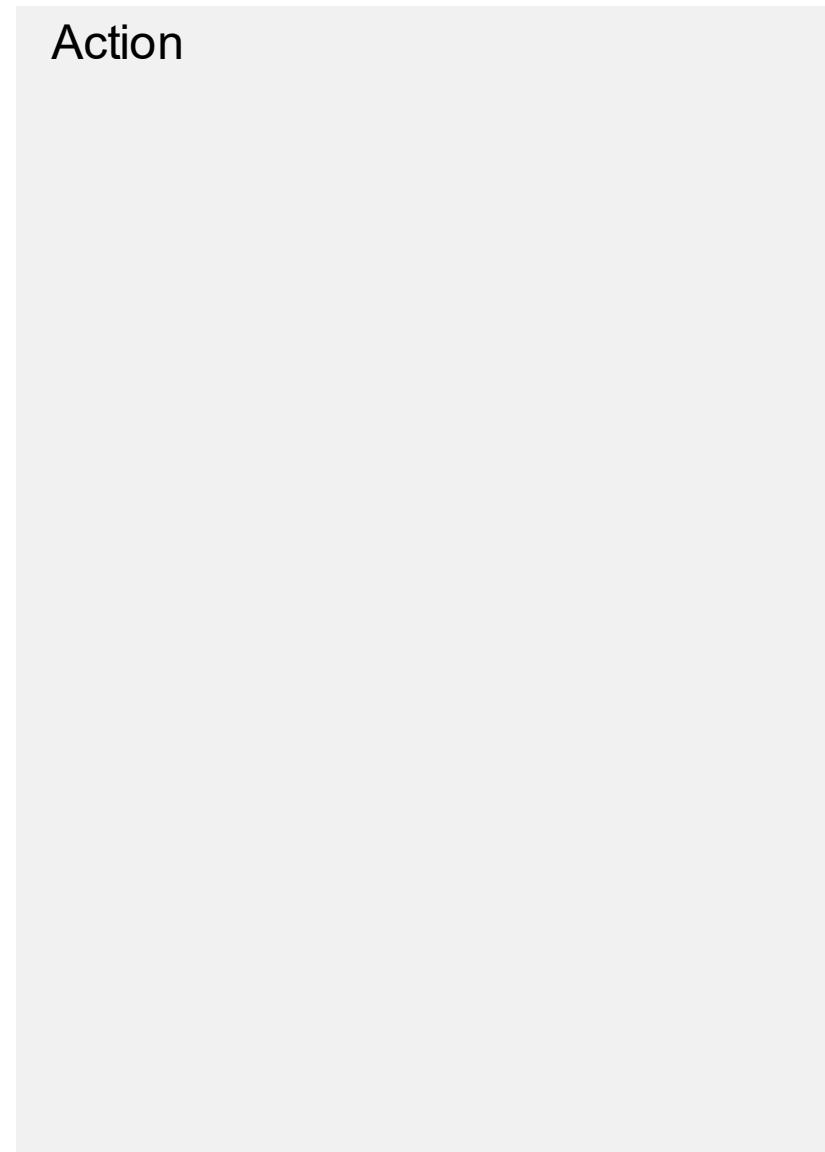
*Action : extenseur du coude
Secondaire : rétropulsion*

Triceps brachial

Dessin



Action



Le rond et carré pronateur



Origine / Terminaison :

Carré pronateur

Origine : Face antérieure du cubitus

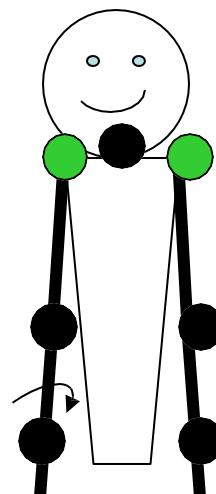
CUBITUS

Face antérieure du radius

RADIUS



Action : pronation



Origine / Terminaison :

Rond pronateur

Origine: épitrochlée face antérieure du cubitus

HUMERUS CUBITUS

Terminaison: 1/3 moyen de
la face externe du radius

RADIUS

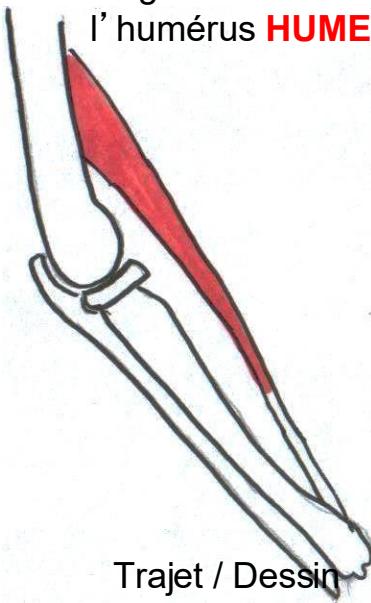
Le rond et carré pronateur

Etirement

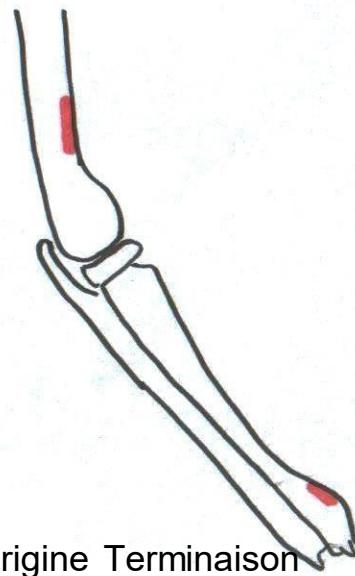
Renforcement

Le long supinateur

Origine: Bord externe de
l' humérus **HUMERUS**



Trajet / Dessin



Origine Terminaison

Action:
supinateur
fléchisseur du
coude

Terminaison: Apophyse
styloïde du radius **RADIUS**

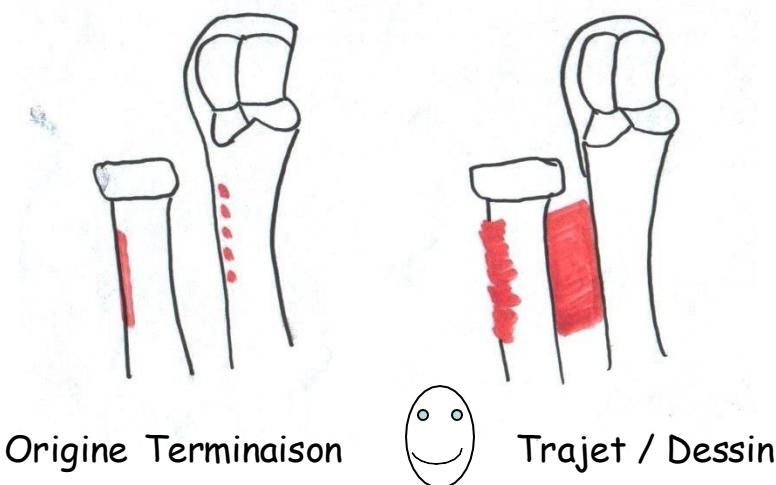
Long supinateur

Etirement

Renforcement

Le court supinateur

Origine: partie externe
du cubitus et épitrochlée
CUBITUS ET RADIUS



Action:
supinateur

Terminaison: Extrémité
du radius **RADIUS**

Le court supinateur

Etirement

Renforcement