**Muskelbereiche**

**Unsere Einteilung der Muskelbereiche des menschlichen Körpers**

1. Nacken
2. Schultern
3. Brust
4. Oberrücken
5. Mittlerer Rücken (Latissimus)
6. Bauch
7. Bauchseite
8. Unterrücken
9. Po
10. Oberschenkel
11. Unterschenkel

