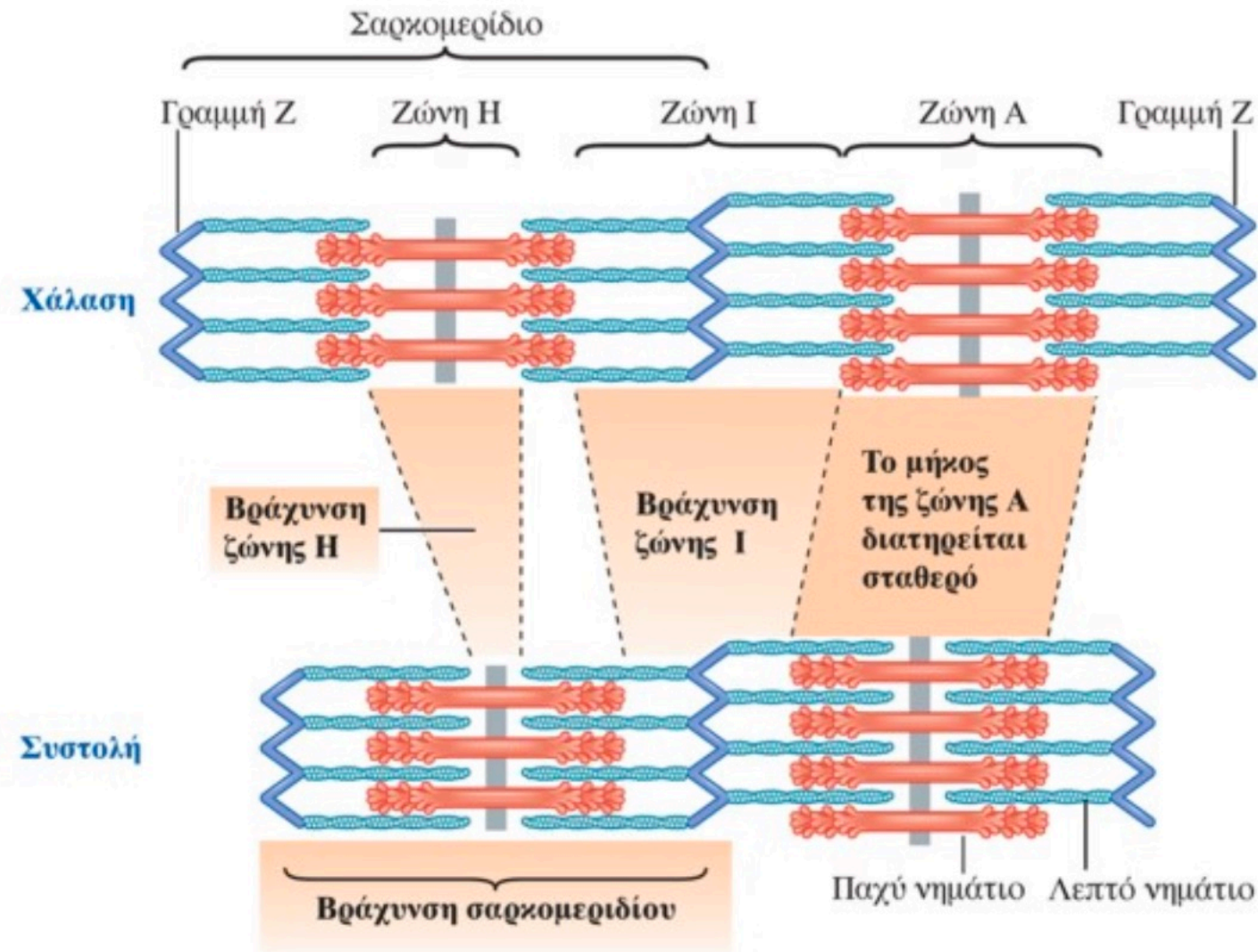


Κατά τη διάρκεια της συστολής, οι Α ζώνες είναι αμετάβλητες στο μήκος ενώ οι Ι ζώνες βραχύνονται.



Κατά τη μυϊκή συστολή, το μήκος κάθε σαρκομεριδίου μειώνεται καθώς **τα λεπτά νημάτια ολισθαίνουν πάνω στα σταθερά παχέα νημάτια** και έλκουν τις γραμμές Ζ πλησιέστερα τη μία στην άλλη.