

# MUSCULAR SYSTEM REFERENCE

## Anatomical Major Muscle Groups

### HEAD & NECK

- Frontalis *M. frontalis*
  - Temporalis *M. temporalis*
  - Masseter *M. masseter*
  - Sternocleidomastoid *M. sternocleidomastoideus*
- 

### TORSO (ANTERIOR)

- Pectoralis Major *M. pectoralis major*
  - Rectus Abdominis *M. rectus abdominis*
  - External Oblique *M. obliquus externus*
  - Serratus Anterior *M. serratus anterior*
- 

### UPPER LIMBS

- Deltoid *M. deltoideus*
  - Biceps Brachii *M. biceps brachii*
  - Triceps Brachii *M. triceps brachii*
  - Brachioradialis *M. brachioradialis*
- 

### BACK (POSTERIOR)

- Trapezius *M. trapezius*
  - Latissimus Dorsi *M. latissimus dorsi*
  - Rhomboid Major *M. rhomboideus major*
  - Erector Spinae *M. erector spinae*
- 

### LOWER LIMBS

- Gluteus Maximus *M. gluteus maximus*
  - Quadriceps Femoris *M. quadriceps femoris*
  - Hamstrings *Mm. hamstrings*
  - Gastrocnemius *M. gastrocnemius*
  - Soleus *M. soleus*
  - Tibialis Anterior *M. tibialis anterior*
-