

MUSCULAR SYSTEM REFERENCE CHART

Anatomical Overview: Anterior & Posterior View

Anterior View Diagram

Upper Body (Anterior)

- Pectoralis Major
- Deltoid
- Biceps Brachii
- Rectus Abdominis
- External Oblique

Lower Body (Anterior)

- Rectus Femoris
- Vastus Lateralis
- Sartorius
- Tibialis Anterior

Posterior View Diagram

Upper Body (Posterior)

- Trapezius
- Latissimus Dorsi
- Triceps Brachii
- Rhomboid Major

Lower Body (Posterior)

- Gluteus Maximus
- Biceps Femoris
- Gastrocnemius
- Soleus
- Achilles Tendon