

22 - ILIAQUE ANTÉRIEUR

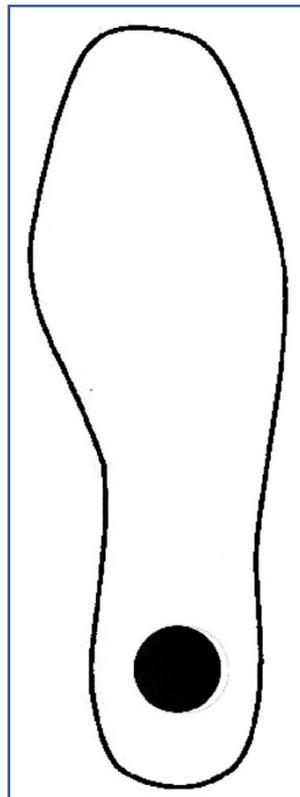
Après avoir réalisé le test du Downing on connaît exactement la position de l'iliaque.

L'iliaque et le temporal suivent toujours le même mouvement :

- Si l'iliaque est antérieur, alors le temporal est en rotation externe.

L'ÉLÉMENT SOUS-CALCANÉEN récupère la position de l'iliaque et du temporal

On utilisera l'élément sous calcanéen, qui sera positionné au niveau du muscle carré plantaire, afin de récupérer l'iliaque antérieur et le temporal en rotation externe.



Comment fonctionne cet élément ?

- **Il inhibe**

La chaîne antérieure, le tibial antérieur, l'extenseur propre et commun des orteils, le péronier antérieur, (3° fibulaire), le sartorius (couturier), le quadriceps, le psoas, le grand et petit pectoral, le trapèze supérieur, l'élévateur de la scapula et les splénius (il participe donc au positionnement de l'épaule vers l'arrière).

- **Il stimule**

Carré plantaire, creuse le pied, la chaîne postérieure, le soléaire, le tibial postérieur, le semi-tendineux, le carre des lombes, les muscles profonds du dos, fait reculer l'épaule par une extension cervicale, le SCOM et entraîne la rotation interne du temporal.