

Navn	Udspring	Insertion	Virkning	Innervation
------	----------	-----------	----------	-------------

Nakkens muskler

m. rectus capitis posterior minor	tuberculum posterior C1	linea nuchae inferior, medialt	ekstention	n. suboccipitalis
m. rectus capitis posterior major	proc. spinosus C2	linea nuchae inf., lateralt for m. rectus capitis posterior minor	ekstention	n. suboccipitalis
m. obliquus capitis superior	processus transversus atlantis	mellem lineae nuchae inf. og sup.	lateralflexion	n. suboccipitalis
m. obliquus capitis inferior	processus spinosus C2	processus transversus atlantis	rotation af nakken	n. suboccipitalis
m. splenius capitis	procc. spinosi C4-T3	linea nuchae sup., lateralt, proc. mastoideus	ekstension og rotation af hovedet	n. suboccipitalis
m. splenius cervicis	Procc. spinosi T3-T5	tuberculi posteriores procc. transversi C1-C2	ekstention og rotation af halsen	rr. dorsales nn. spinales
m. longissimus capitis	procc. transversi C3-T3	proc. mastoideus' bagflade	lateralflexion, ekstention og rot.	rr. dorsales nn. spinales
m. longissimus cervicis	procc. transversi T1-T6	Procc. transversi C2-C7	lateralflexion og ekstention	rr. dorsales nn. spinales
m. semispinalis capitis	procc. transversi C4-T6	under linea nuchae superior	ekstention	rr. dorsales nn. spinales
m. semispinalis cervicis	procc. transversi C6-T1	procc. spinosi C2-C5	ekstention af hals, rot. til mods. side	rr. dorsales nn. spinales
(m. trapezius)	se under overfl. rygmuskler!			
(m. levator scapulae)	do.			

Overfladiske rygmuskler

m. trapezius	lin. nuch. sup., protuberantia occ. externa, lig. nuchae og procc. spin. C7-T10 incl. lig. supraspinale	bagkant af spina scapulae, acromion og laterale 1/3 af clavicular forflade	<i>pars ascendens</i> adducerer og roterer scapula, <i>pars descendens</i> hæver og adducerer scapula	n. accessorius (XI hjernenerve)
m. serratus posterior superior	proc. spinosus C6-T2	anguli af costae 2-5	hæver costa 2-5 og understøtter inspiration	rr. ventrales af C6-C8 og grene fra 1. og 2. intercostalnerve
m. serratus posterior inferior	proc. spinosus L2-T11	anguli af costae 9-12	sænker costa 9-12 og understøtter expiration og forceret inspiration	rr. ventrales af L1-L2 og grene fra intercostalnerve 11-12
m. rhomboideus minor	proc. spin C6-C7	øverste del af margo medialis scapulae	adduktion, elevation og indadrotation	n. dorsalis scapulae (C5)
m. rhomboideus major	proc. spin C7-T4	margo medialis scapulae	do.	n. dorsalis scapulae (C5)
m. levator scapulae	tuberculi posteriores procc. transversi C1-C4	angulus superior scapulae	elevation af scapula	n. dorsalis scapulae (C5)
m. latissimus dorsi	crista iliaca, crista sacralis medialis, fascia thoracolumbalis og procc. spinosi L5-T7	crista tuberculi minoris humeri	indadrotation, adduktion og ekstension af hum.	n. thoracodorsalis (C6-C8)

Dybe rygmuskler

<i>m. erector spinae</i> m. spinalis thoracis m. spinalis cervicis	procc. spinosi L2-T11 procc. spinosi T2-C4	procc. spinosi T11-T2 procc. spinosi C4-C2	ekst. og lat. flexion ekstention	rr. dorsales nn. spinales rr. dorsales nn. spinales
m. longissimus thoracis (m. longissimus cervicis) (m. longissimus capitis)	crista iliaca, procc. spinosi S4-L1, procc. transversi T12-C7 Se under nakkens muskler! do.	procc. transversi L5-T1, anguli costae 12-2	ekstention og lateralflexion	rr. dorsales nn. spinales
m. iliocostalis lumborum m. iliocostalis thoracis m. iliocostalis cervicis	crista iliaca anguli costae 12-7 (medialt) anguli costae 7-1	anguli costae 12-5 anguli costae 6-1 procc. transversi C3-C5	do. do. do.	rr. dorsales nn. spinales rr. dorsales nn. spinales rr. dorsales nn. spinales
mm. interspinales	proc. spinosus	proc. spinosus	ekstension og stab.	rr. dorsales nn. spinales
mm. intertransversarii	proc. transversus	proc. transversus	lateralflex. og stab.	rr. dorsales nn. spinales
<i>mm. transversospinales</i> mm. rotatores breves mm. rotatores longi mm. multifidi m. semispinalis thoracis (m. semispinalis cervicis) (m. semispinalis capitis)	proc. transversus proc. transversus procc. transversi L1-L5 procc. transversi T12-T6 Se under nakkens muskler! do.	ovenliggende proc. spinosus proc. spin. (overspringer 1 hvirvel) proc. spin. (overspringer 2-4 hv.) proc. spin T6-C6	rot. til mods. side do. do. og lateral flex. do.	rr. dorsales nn. spinales rr. dorsales nn. spinales rr. dorsales nn. spinales rr. dorsales nn. spinales
mm. levatores costarum breves mm. levatores costarum longi	procc. spinosi C7-T11 procc. spinosi af øverste og nederste thorakalvirvler	underliggende ribben som breves, overspringende et ribben	understøtter inspiration, lateralflex., rotation og udstrækning af columna	rr. dorsales nn. spinales

Navn	Udspring	Insertion	Virkning	Innervation
------	----------	-----------	----------	-------------

Skuldermusklerne

<i>Rotatormanchetten</i>				
m. supraspinatus m. infraspinatus m. teres minor m. subscapularis	fossa supraspinata og fascie fossa infraspinata og fascie øverste $\frac{2}{3}$ af margo lateralis fossa subscapularis	tuberculum majus (ventrale facet) tuberculum majus (midterste facet) tuberculum majus (dorsale facet) tuberculum minus	- alle fikserer og spænder kapslen abduktion udadrotation udadrotation indadrotation	n. suprascapularis (C5-C6) n. suprascapularis (C5-C6) n. aksillaris (C5-C6) nn. subscapulares (C5-C6)
m. deltoideus	laterale $\frac{1}{3}$ af clavícula, acromion, bagfladen af spina scapulae	tuberositas deltoidea	ventr. del: add., flekt., indadrot. dors. del: ekst., add., udadrot. midterste del: abd.	n. aksillaris (C5-C6)
m. teres major	nederste $\frac{1}{3}$ af margo medialis	crista tuberculi minoris humeri	add., ekst., indadrot.	nn. subscapulares (C5-C6)
(mm. pectoralis major et minor)	se under brystmuskler			
(m. serratus anterior)	do.			
(m. levator scapulae)	se under overfl. rygmuskler			
(mm. rhomboidei)	do.			

Overekstremitetens muskler

overarmens muskler

m. biceps brachii	caput longum: tuberculum supraglenoidale caput breve: proc. coracoideus	tendo på tuberositas radii aponeurosis i fascia antebrachii	fleksion i art. humeri, fleksion og pronation i art. cubiti	n. musculocutaneus (C5-C6)
m. brachialis	distale $\frac{1}{2}$ af humerus' forflade, septum intermusculare mediale	tuberositas ulnae, albuens ledkapsel	fleksion	n. musculocutaneus (C5-C6)
m. coracobrachialis	proc. coracoideus	midt på humerus' forflade	fleksion, adduktion	n. musculocutaneus
m. triceps brachii	caput longum: tuberculum infraglenoidale caput mediale: distalt for sulcus nervi radialis caput laterale: proximalt for sulcus nervi radialis	olecranon og capsula fibrosa art. cubiti	ekstention, adduktion i art. humeri ekstention i art. cubiti	n. radialis (C5-C8)

underarmens muskler

m. pronator teres	caput humerale: epicondylus medialis humeri caput ulnare: proc. coronoideus	midterste, laterale rand af radius	pronation og fleksion	n. medianus (C6-Th1)
m. flexor carpi radialis	caput commune flexorum	basis af ossa metacarpalia 2-3	fleksion og abduktion	n. medianus (C6-Th1)
m. palmaris longus (var.)	caput commune flexorum	aponeurosis palmaris	spænder aponeurosen og flekterer håndled samt MCP 2-5	n. medianus (C6-Th1)
m. flexor digitorum superficialis	proc. coronoideus, caput commune flexorum	bases af phalanges mediae 2-5 (2 snipper)	fleksion i alle passerede led	n. medianus (C6-Th1)
m. flexor carpi ulnaris	caput commune flexorum, proximale $\frac{2}{3}$ af margo posterior ulnae og olecranon	os pisiforme, bases af ossa metacarpalia 4-5	fleksion og adduktion	n. ulnaris (C8-Th1)
m. flexor pollicis longus	midterste del af margo anterior radii og membrana interossea	basis af phalanx distalis pollicis	fleksion i pollex	n. interosseus antebrachii anterior (n. medianus)
m. flexor digitorum profundus	proximale $\frac{2}{3}$ af margo anterior et mediale ulnae samt membrana interossea	bases af phalanges distales 2-5 (mellem superficialisseneenderne)	fleksion i alle passerede led	<i>pars radialis:</i> n. interosseus antebrachii anterior <i>pars ulnaris:</i> n. ulnaris
m. pronator quadratus	distale $\frac{1}{4}$ af margo anterior ulnae	distale $\frac{1}{4}$ af margo anterior radii	pronation	n. interosseus antebrachii anterior
m. anconeus	epicondylus lateralis humeri	proximalt på facies posterior ulnae	ekstention	n. radialis (C5-C8)
m. supinator	epicondylus lateralis humeri, lig. collaterale laterale, crista m. supinator ulnae	proximale $\frac{1}{3}$ af facies lateralis radii	supination	r. profundus n. radialis
m. brachioradialis	distale $\frac{1}{3}$ af humerus' lateralflade, septum intermusculare laterale	ekstremitas distalis radii	fleksion og kantstilling	n. radialis (C5-C8)
m. extensor carpi radialis longus	distale $\frac{1}{3}$ af humerus' lateralflade	basis af os metacarpale 2	ekstension og abduktion i håndled	n. radialis (C5-C8)
m. extensor carpi radialis brevis	epicondylus lateralis humeri	basis af os metacarpale 3	ekstension og abduktion i håndled	r. profundus n. radialis
m. extensor carpi ulnaris	caput commune ekstensorum og fascia antebrachii	basis af os metacarpale 5	ekstension og adduktion i håndled	r. profundus n. radialis
m. extensor digitorum	do.	ekstenseraponeurosen, snipper til basis af alle ossa phalangeae (2-5)	ekstension i alle passerede led	r. profundus n. radialis

Navn	Udspring	Insertion	Virkning	Innervation
m. extensor digiti minimi	caput commune ekstensorum, fascia antebrachii	ekstensoraponeurosen (5. finger)	ekstension og abduktion af finger	r. profundus n. radialis
m. extensor indicis	distale 1/3 af facies posterior ulnae samt tilstødende memb. interossea	ekstensoraponeurosen (2. finger)	ekstension og abduktion af finger	r. profundus n. radialis
m. extensor pollicis longus	facies posterior ulnae og membrana interossea	basis af phalanx distalis pollicis	ekstension i alle passerede led, reposition	r. profundus n. radialis
m. abductor pollicis longus	mediale 1/3 af facies posterior radii samt membrana interossea	basis ossis metacarpalis pollicis samt os trapezium	abduktion af finger, ekstension af MCP	r. profundus n. radialis
m. extensor pollicis brevis	distale 1/3 af facies posterior radii samt membrana interossea	basis af phalanx proximalis pollicis	ekstension, abduktion og reposition	r. profundus n. radialis
<i>håndens muskler</i>				
<i>thenar</i>				
m. abductor pollicis brevis	eminentia carpi radialis (ossa scaphoideum et trapezium), retinaculum flexorum	basis phalanx proximalis, os sesamoideum radialis	abduktion i rodled, flektion i grundled	r. muscularis n. medianus
m. flexor pollicis brevis	do.	do.	flektion i grund- og rodled	r. muscularis n. medianus
m. opponens pollicis m. adductor pollicis	os trapezium, retinaculum flex. cap. obliquum sulcus carpi, cap. transversum corpus ossis metacarpale 3	corpus ossis metacarpalis 1 basis phalanx proximalis, os sesamoideum ulnaris	opposition, addukt. adduktion, opposition	r. muscularis n. medianus r. profundus n. ulnaris
<i>hypothenar</i>				
m. palmaris brevis m. abductor digiti minimi	ulnart på aponeurosis palmaris os pisiforme, retinaculum flexorum	subcutis af ulnare håndkant basis af phalanx proximalis 5, ekstensoraponeurosen (sesamknogle)	huden spændes abduktion, fleksion af MCP	r. superficialis n. ulnaris r. profundus n. ulnaris
m. flexor digiti minimi brvis m. opponens digiti minimi	hamulus ossis hamati, ret. flex. hamulus ossis hamati, ret. flex.	do. corpus ossis metacarpale 5	fleksion af MCP opposition	r. profundus n. ulnaris r. profundus n. ulnaris
mm. lumbricales (4 stk.)	senerne af m. flexor digitorum profundus (2 ulnare pennat, 2 radiale semipennat)	radialt på retinaculum ekstensorum 2.-5. finger	fleksion i MCP, ekstention i PIP og DIP (pincetgreb)	1-2: n. digitales communes 1-2 (n. medianus), 3-4: r. profundus n. ulnaris
mm. interossei palmares (3 stk.)	1: ulnart på corpus ossis metacarpale 2, 2-3: radialt på corpora ossa metacarpalia 4-5 (semipennat)	1: ulnart på 2., 2-3: radialt på 4. -5. fingers ekstensoraponeurose og basis af phalanx proximalis (divergerende)	samlere fingrene fleksion i MCP, ekstention i PIP og DIP af 2., 4. og 5. finger	r. profundus n. ulnaris
mm. interossei dorsales (4 stk.)	pennat fra alle metacarpalknogler	1-2: radialt på 2.-3., 3-4: ulnart på 3.-4. fingers ekstensoraponeurose og basis af phalanx proximalis (konvergerende)	spredere fingrene, fleksion i MCP, ekstention i PIP og DIP	r. profundus n. ulnaris

Halsens muskler

overfladiske halsmuskler

platysma	angulus mandibulae til mundvig	huden over øverste thorax	trækker mundvig ned og spænder hud	n. facialis (VII hjernenerve)
m. sternocleidomastoideus	caput sternale forfladen af øvre sternum, caput clavicolare sternale 1/3 af clavicular forflade	lateralflade af proc. mastoideus	lateralfleksion og rotation	n. accessorius (XI hjernenerve)
<i>Suprahyoide muskler</i>				
m. digastricus	venter post. medialflade af proc. mastoideus	corpus mandibulae, efter passage af seneløkke, som udsp. fra cornu minus, adskillende venter post. et ant. cornu minus ossis hyoidei pennat på senestribe til os hyoideum	hæver os hyoideum og sænker mandibula	venter post. n. facialis venter ant. n. mylohyoideus
m. stylohyoideus m. mylohyoideus	proc. styloideus linea mylohyoidea på corpus mandibulae	do.	hæver os hyoideum presser tungen opad	n. facialis (VII hjernenerve)
m. geniohyoideus	spina mentalis mandibulae	corpus ossis hyoidei	hæver os hyoideum	n. mylohyoideus (V/3) ansa cervicalis (C1)
<i>Infracyloide muskler</i>				
m. omohyoideus	gennem venter superior fra os hyoideum	gennem venter inferior på margo superior scapulae, nedbindes til clavicula af en forstærkning i lamina pretrachealis fasciae cervicalis os hyoideum	trækker os hyoideum nedad, spænder fascien	ansa cervicalis
m. thyrohyoideus	cartilago thyroidea	do.	trækker fikseringspunkterne mod hinanden	ansa cervicalis
m. sternothyroideus	bagfladen af manubrium sterni, 1. ribbensbrusk	linea obliqua thyroidea	sænker skjoldbrusken	ansa cervicalis
m. sternohyoideus	do.	corpus ossis hyoidei	sænker os hyoideum	ansa cervicalis

Navn	Udspring	Insertion	Virkning	Innervation
------	----------	-----------	----------	-------------

Dybe halsmuskler

<i>prævertebralgruppen</i> m. longus capitis	tuberculi anteriores proc. transversi C6-C3	pars basilaris os occipitalis	fleksion, lat.fleksion, rotation do.	plexus cervicalis
m. longus colli	corpuora vertebrae fra T3 opefter	tuberculum anterius atlantis (C1), skrå fibre til proc. transversi (især C6)		plexus cervicalis
m. rectus capitis anterior m. rectus capitis lateralis	massa lateralis atlantis (C1) tuberculum anterior proc. transversus atlantis (C1)	pars basillaris os occipitalis proc. jugularis os occipitalis	fleksion lateralfleksion	plexus cervicalis plexus cervicalis
<i>Scalenergruppen</i> m. scalenus anterior	procc. transversi C3-C6	tuberculum m. scal. ant. costae 1	hæver costa 1, lat.fleks, fikserer col. do.	plexus cerv. og brach.
m. scalenus medius m. scalenus posterior	procc. transversi C2-C7 procc. transversi C4-C6	med. for sulcus a. subclavia costae 1 øverste flade af costa 2	do. hæver costa 2, lateralfleksion	plexus cerv. og brach. plexus cerv. og brach.

Overfladiske brystmuskler

m. subclavius	costa 1 og tilhørende brusk	sulcus m. subclavius claviculae	sænker clavicula	n. subclavius (C4-C5)
m. serratus anterior	savtakket fra costae 1-9	margo medialis et angulus inf. scapulae	abdukt., udadrot.	n. thoracicus longus
m. pectoralis major	med. 1/2 af clavicula, sternum, 6 øverste ribbensbruske, rectusskeden	crista tuberculi majoris humeri	adduktion, indadrot., fleksion af humerus, forceret expiration	nn. pectoralis lateralis et medialis (C5-C7, C8-Th1)
m. pectoralis minor	costae 3-5	proc. coracoideus	trækker scapula frem og ned, ribben op	nn. pectoralis medialis et lateralis (C8-Th1, C5-C7)

Dybe brystmuskler

Alle tjener til tætning og stabilisering af thoraxvæggen.

mm. intercostales externi	nederst og yderst på costae	øverst, yderst på underliggende costa	inspiration	nn. intercostales
mm. intercostales interni	øverst og inderst på costae	nedre kant af sulcus costae på overliggende costa	expiration	nn. intercostales
mm. intercostales intimi	do.	øvre begrænsning af sulcus costae på overliggende costa	expiration	nn. intercostales
m. transversus thoracis (var.)	dorsalt på proc. xiphoideus og corpus sterni	snipper til 6.-2. ribbensbrusk	expiration	nn. intercostales II-VI
mm. subcostales (var.)	øverste kant af costa mellem tuberculum- og angulus costae	anteriore flade af næstoverliggende costa og proc. transversus	expiration	nn. intercostales
Diafragma	<i>pars sternalis</i> indersidebn af proc. xiphoideus. <i>pars costalis</i> inderfladen af costa VI og 6. ribbensbrusk. <i>pars lumbalis crus dextrum</i> : ventralfladen af vertebrae L1-4, <i>crus sinistrum</i> : ventralfladen af vertebrae L1-3 + lateralt fra ligg. arcuata mediale et laterale	centrum tendineum	inspiration, understøtter bugpressen, adskillelse af abdominal- og thoraxkaviteten	n. phrenicus (C3-C5)

Abdomens muskler

m. obliquus externus abdominis	savtakket fra ventralfladen af costa V-XII, interdigiterer med m. serratus ant.	Christa iliaca, lig. inguinale, gennem rectusskeden i linea alba	bugpressen, flexion af truncus, rotation til modsat side	nn. intercostales VI-XI, n. subcostalis, n. ileohypogastricus, n. ileoinguinalis
m. obliquus internus abdominis	crista iliaca, fascia thoracolumbalis, laterale 2/3 af lig. inguinale	nederst på costa X-XII, gennem rectusskeden i linea alba	bugpressen, flexion af tuncus, rotation til samme side, lat.flex.	nn. intercostales X-XI, n. subcostalis, n. ileohypogastricus, n. ileoinguinalis
m. transversus abdominis	dorsalfladen af costae VII-XII, fascia thoracolumbalis, crista iliaca, laterale 1/3 af lig. inguinale	gennem rectusskeden i linea alba <i>over linea arcuata</i> bag m. rectus abd. <i>under linea arcuata</i> foran	bugpressen, spænding af bugvæggen	nn. intercostales VII-XI, n. subcostalis, n. ileohypogastricus, n. ileoinguinalis, n. genitofemoralis
m. rectus abdominis	ventralfladen af costa V-VII, proc. xiphoideus	mellem tuberculum pubicum og symfysis pubica	bugpressen, flexion af truncus	nn. intercostales V-XI
m. pyramidalis (var.)	mellem tuberculum pubicum og symfysis pubica	linea alba inf. for umbilicus	spænder bugvæggen	nederste intercostalnerv
m. cremaster (kun mænd)	formes af strøg fra m. obliquus internus abd. og m. transv. abd.	omskeder ductus deferens og testes	løfter testes	r. genitalis n. genitofemoralis
m. quadratus lumborum	crista iliaca, lig. ileolumbale	costa XII, procc. spinosi L1-4	lateralflexion, expiration	n. subcostalis, plexus lumbalis

Navn	Udspring	Insertion	Virkning	Innervation
------	----------	-----------	----------	-------------

Underkølletrimitetens muskler

bækkenets muskler

<i>m. iliopsoas</i> m. psoas major	<i>ventrale del</i> ambitus eminentes vertebrae et disci intervertebrale Th12-L5, psoasarkaderne, <i>dorsale del</i> senestrenge fra procc. transversi L1-L5	trochanter minor	fleksion af columna lumbalis og hoftedeled	plexus lumbalis -plexet er indlejret i musklen
m. psoas minor (var.) m. iliacus	corpus vertebrae Th12-L1 fossa iliaca	eminentia iliopubica trochanter minor	uden relevans fleksion i hoftedeled	plexus lumbalis n. femoralis
m. piriformis	mellem og lateralt for foramina sacralia pelvinae	superiore rand af trochanter major	udadrotation	plexus sacralis
m. obturatorius internus	medialflade af membrana obturatoria samt knoglerand	trochanter major, medialflade	udadrotation	plexus sacralis
m. obturatorius externus	lateralflade af membrana obturatoria samt "forenede rami"	fossa trochanterica	udadrotation	n. obturatorius (L2-L4)
<i>mm. gemelli</i> m. gemellus superior m. gemellus inferior	spina isciadica over tuber isciadicum	over obturatorius-internus-senen under obturatorius-internus-senen	udadrotation udadrotation	plexus sacralis plexus sacralis
m. quadratus femoris	tuber isciadicum	crista intertrochanterica	udadrotation	plexus sacralis

Sædemusklerne

<i>mm. glutei</i> m. gluteus maximus	bagved linea glutea posterior (lateralflade af os coxae), bagsiden af os sacrum, os coccygis og ligg. sacrotuberale	tuberositas glutea ossis femoris, tractus iliotibialis (fascia lata)	ekstension, fiksdation af bækken, spænder fascia lata, abd. OG add., udadrot.	n. gluteus inferior
m. gluteus medius	mellem linea glutea anterior og posterior og fascia glutea	øverst på trochanter major	abd., udadrot., indadrot., kontrol af bækkenkipning do.	n. gluteus superior
m. gluteus minimus	mellem linea glutea ant. og inferior	trochanter major's forkant		n. gluteus superior
m. tensor fascia latae	spina iliaca anterior superior	tractus iliotibialis	spænder tractus, fleksion, indadrot.	n. gluteus superior

adduktorgruppen

m. pectineus	pecten ossis pubis	linea pectinea femoris	adduktion, fleksion	n. femoralis, n. obturatorius
m. adductor minimus	ramus inferior ossis pubis	øverst på labrium med. linea aspera	adduktion, udadrot.	n. obturatorius
m. adductor brevis	ramus inferior ossis pubis	proximale 1/3 af lab. med linea aspera	adduktion, udadrot.	n. obturatorius
m. adductor longus	forfladen af rami inf. et sup.	midterste 1/3 af lab. med. in. asp.	adduktion, fleksion	n. obturatorius
m. adductor magnus	"forenede rami" til tuber ischiadicum	<i>adduktorkomponent:</i> proximale 2/3 af labrium mediale linea aspera, <i>ekstensionskomponent:</i> tuberculum adductorium, epicondylus med. femoris	adduktion, ekstension, udadrotation	n. obturatorius, n. ischiadicus (tibialiskomponenten)
m. gracilis	ramus inferior ossis pubis	som midterste komponent i <i>pes anserinus</i> på condylus med. tibiae	adduktion, fleksion i art. genus	n. obturatorius
<i>m. quadriceps femoris</i> m. rectus femoris	spina iliaca anterior inferior, limbus acetabuli	lig. patellae (tuberositas tibiae), bidrager til recessus med. et lat. do.	fleksion i hofte og ekstension i knæled	n. femoralis (L2-L4)
m. vastus lateralis	trochanter major, labrium laterale		ekstension i knæled	n. femoralis (L2-L4)
m. vastus medialis	linea aspera	do. (hæfter længere distalt på patella end ovenstående)	ekstension i knæled samt fiksdation af patella under fleks.	n. femoralis (L2-L4)
m. vastus intermedius	proximalt på labrium mediale, distalt på linea intertrochanterica	lig. patellae samt ledkapsel	kapselstrammer	n. femoralis (L2-L4)
m. articularis genus	for- og lateralflade af femur	recessus suprapatellaris		n. femoralis (L2-L4)
m. sartorius	dybe fibre af m. vastus intermedius			
m. sartorius	spina iliaca anterior superior	øverst i <i>pes anserinus</i> på condylus medialis tibiae	fleksion, udadrotation i hofte samt ekst. og indrot. i knæ	n. femoralis (L2-L4)

hasemusklene

m. biceps femoris	<i>caput breve</i> distalt på lab. lat. lin. aspera samt septum intermusculare laterale <i>caput longum</i> tuber isciadicum	caput fibulae	ekst., indadrot. og adduktion i hoftedeled samt fleksion og udadrot. i knæled	n. isciadicus (<i>caput long.</i> tibialiskomp. (L4-S3), <i>caput breve</i> peroneuskomp. (L4-S2))
m. semimembranosus	tuber isciadicum	medialsiden af condylus medialis tibiae samt ledkapsel, lig. popliteum obliq.	ekst. og add. i hofte, fleks., indrot. i knæ	n. isciadicus (tibialiskomponenten)

m. semitendinosus	tuber isciadicum	neders i <i>pes anserinus</i>	ekst., add. og inadrot. i hofte, flex., udadrot. knæet	n. isciadicus (tibialiskomponenten)
-------------------	------------------	-------------------------------	--	-------------------------------------

Navn	Udspring	Insertion	Virkning	Innervation
------	----------	-----------	----------	-------------

crus' muskler
ekstensorlogen

m. tibialis anterior	facies lateralis tibiae, membrana interossea cruris, fascia cruris	os cuneiforme mediale samt basis ossis metatarsale I	inversion og dorsalfleksion	n. peroneus profundus (L4-S2)
m. ekstensor digitorum longus	membrana int. cruris, cond. lat. tibiae, prox. facies medialis fibulae	ekstensoraponeurosen 2.-5. tå	ekstension i tærnes led, dors. flek., evers.	n. peroneus profundus (L4-S2)
m. ekstensor hallucis longus	facies medialis fibulae, membrana interossea cruris	dorsalt på bases phalanx distalis hallucis	ekst. i hallux, dorsalfleks.	n. peroneus profundus (L4-S2)
m. peroneus tertius (III)	distalt på facies medialis fibulae	dorsalt på basis ossis metatarsalis 5	dorsalfleks., eversion	n. peroneus profundus (L4-S2)

peroneerlogen

m. peroneus longus	caput fibulae, facies lateralis fibulae, fascia cruris	tuberositas ossis metatarsale I og os cuneiforme mediale	eversion og plantarfleksion	n. peroneus superficialis
m. peroneus brevis	dist. 2/3 af facies lateralis fibulae, septum intermusculare laterale	tuberos. ossis metatarsalis V	eversion og fleksion	n. peroneus superficialis

fleksorlogen
dybe

m. popliteus	distalt for epicond. lat. femoris	facies post. tibiae, prox. lin. m. solei	indadrot. af underben	n. tibialis (L4-S3)
m. flexor hallucis longus	facies post. fibulae	planta basis phalanx distalis	fodhvelving, fleks. i hallux	n. tibialis (L4-S3)
m. tibialis posterior	facies post. membrana interossea cruris, tilstødende fibula	tuberos. os. naviculare, fibre til planta	plantarfleks. og inversion	n. tibialis (L4-S3)
m. flexor digitorum longus	facies post. tibiae dist. for lin. m. solei	phalanges distales af 4 lat tær	fleks. af tær, plant. fleks. og inversion	n. tibialis (L4-S3)

overfladiske

m. plantaris	prox. for cond. lat. femoris	tendo achilles (tuber calcanei)	fleksion i knæ	n. tibialis (L4-S3)
m. triceps surae				
m. gastrocnemius	caput med. bagved tuberc. add., facies poplitea caput lat. prox. epic. lat. femoris, facies poplitea tib. bagflade, linea m. solei, prox. 1/3 af fib.' bagflade, senebue	fælles insertionssene i achillessenen	fleks., plant. fleks. og inversion af fod	n. tibialis (L4-S3)
m. soleus		do.	plant. fleks. og inversion af fod	n. tibialis (L4-S3)

fodens muskler

muskler på dorsum pedis

m. ekstensor digitorum brevis	dorsalsiden af calcaneus	ekstensoraponeurosen af 1.-4. tå	ekstention	n. peroneus profundus
m. ekstensor hallucis brevis	do.	basis af hallux's grundstykke	ekstention af hallux	n. peroneus profundus

planta pedis' muskler

alle har primært til formål at opretholde fodsålens hvelvning

m. abductor hallucis	processus med. tuber calcanei, forkanten af fleksorretinaklet	via os sesamoideum mediale medialt på basis af phalanx proximalis hallucis	adduktion, styrer fodens afsæt	n. plantaris medialis
m. flexor hallucis brevis	os cuboideum, lig. plantare long.	via ossa sesamoidea på basis phalanx distalis hallucis	fleksion	n. plantaris medialis
m. adductor hallucis	caput obliquum: vagina fibrosa tendo m. peroneus longus, caput transversum: lig. transversum profundum, snipper fra MTP 2-5	via os sesamoideum laterale lateralt på basis phalanx proximalis hallucis	adduktion, styrer foden under afsættet	r. profundus n. plantaris lateralis
m. flexor digitorum brevis	tuber calcanei, aponeurosis plant.	basis phalanges mediae 2-5	fleks. i MTP og PIP	n. plantaris medialis
m. quadratus plantae	procc. lat. et med. tuber calcanei	tendo m. flexor digitorum longus	fiksation	n. plantaris lateralis
m. flexor digiti minimi brevis	basis ossis metatarsale V	lateralt på basis phalanx proximalis V	fleksion	n. plantaris lateralis
m. abductor digiti minimi	processus lateralis tuber calcanei	lateralt på basis phalanx proximalis V	abduktion, fleksion	n. plantaris lateralis
mm. lumbricales (4 stk.)	I: semipennat, 2-4; pennat fra m. flexor dig. long.'s insertionssener	medialt på bases phalanges proximales II-V	mekanoreception (næppe mekanisk virkning)	!/: n. plantaris medialis, 2-4: n. plantaris lateralis
mm. interossei dorsales (4 stk.)	pennat fra corpi ossa metatarsalea I-V	I: medialt på basis phalanx proximalis II, 2-4: lateralt på bases phalanges proximales II-IV (konvergent)	spredning af tærne, modvirker hammertå gennem strækning	r. profundus n. plantaris lateralis
mm. interossei plantares (3 stk.)	semipennat fra corpi ossa metatarsalea III-V	medialt på bases phalanges distales III-V (divergent)	samlere tærne, modvirker hammertå gennem strækning	r. profundus n. plantaris lateralis

Referencer:

Bojsen Møller F. Bevægeapparatets Anatomi. 10.udg. København: Gyldendal undervisning, 1994