

## 体幹セミナー①

オンデマンド オリエンテーション	
14:00	外後頭隆起、上項線 肩甲骨下角、内側縁、上角 肩甲棘、肩峰角、肩峰 胸椎棘突起(12)
15:00	鎖骨、肩峰、肩鎖関節
15:30	僧帽筋 22・26
16:30	休憩
16:40	乳様突起、下顎角 肩甲拳筋 29・35
17:40	C5・C7・T1・T5・T7棘突起
18:10	小菱形筋 37・39 大菱形筋
19:00	

## 体幹セミナー②

オンデマンド オリエンテーション	
14:00	鎖骨、胸鎖関節 肩鎖関節、肩峰前半 胸骨上端・角・下端 肋骨(2・5)、烏口突起
15:00	大胸筋 116・119
16:00	休憩
16:10	小胸筋 122・125 鎖骨下筋
16:50	第1肋骨外側端 乳頭線上第5肋骨1横指外側方 腋窩線上第9肋骨、肩甲骨下角、内側縁、上角
17:20	前鋸筋 128・132
18:00	

9:00	乳様突起 鎖骨、胸骨上縁 肋骨(1)、腕神経叢
9:30	胸鎖乳突筋 91・93
10:10	前斜角筋 95・98 中斜角筋
11:00	舌骨、甲状軟骨 輪状軟骨、気管軟骨
11:30	胸骨舌骨筋 105・109 肩甲舌骨筋
12:10	顎二腹筋 100・103 顎舌骨筋 オトガイ舌骨筋
12:50	休憩
13:50	外後頭隆起 肩甲骨下角 肩甲棘内側端 C2・C3・T3・T6・T8棘突起 C1 横突起(後方)
14:40	頭板状筋 51・55 頸板状筋
15:30	頭半棘筋 58・72
16:00	

9:00	胸骨上端・角・下端 肋骨(5・9・10・11) 肋骨弓 腸骨稜前半 腸骨稜後半 肋骨(12)
10:00	恥骨結節 腹直筋 139・141 錐体筋
10:50	腰方形筋 73・75 外腹斜筋 143・148
11:50	内腹斜筋 143・148 腹横筋
12:20	休憩
13:20	最長筋 58・70 棘筋、半棘筋 多裂筋、回旋筋
14:20	腸筋筋 58・71
15:00	Extra Seminar
16:00	