

Nama : Triyanto Cahyo Saputro

NIM : 1710301066

Kelas : 8A Fisioterapi

Tugas : Upper Extremity Pattern PNF

1. Diagonal 1

D1 Fleksi



D1 Ekstensi



Shoulder : Fleksi, Adduksi, Eksternal Rotasi

Forearm : Supinasi

Wrist : Radial, Fleksi

Finger : Fleksi

Shoulder : Ekstensi, Abduksi, Internal Rotasi

Forearm : Pornasi

Wrist : Ulnar, Ekstensi

Finger : Ekstensi

2. Diagonal 2

D2 Fleksi



D2 Ekstensi



Shoulder : Fleksi, Abduksi, Eksternal Rotasi

Forearm : Supinasi

Wrist : Radial, Fleksi

Finger : Ekstensi

Shoulder : Ekstensi, Adduksi, Internal Rotasi

Forearm : Pronasi

Wrist : Ulnar, Ekstensi

Finger : Fleksi