

Nama : Kinanti Salsabila Amanatillah

NIM : 1710301029

Kelas : 8A Fisioterapi

UPPER EXTREMITY PATTERN PNF

Diagonal 1 (D1)

D1 Fleksi



Shoulder = fleksi, adduksi, eksternal rotasi

Forearm = supinasi

Wrist = radial, fleksi

Finger = fleksi

D2 Ekstensi



Shoulder = ekstensi, abduksi, internal rotasi

Forearm = pronasi

Wrist = ulnar, ekstensi

Finger = ekstensi

Diagonal 2 (D2)

D2 Fleksi



Shoulder = fleksi, abduksi, eksternal rotasi

Forearm = supinasi

Wrist = radial, fleksi

Finger = ekstensi

D2 Ekstensi



Shoulder = ekstensi, adduksi, internal rotasi

Forearm = pronasi

Wrist = ulnar, ekstensi

Finger = fleksi