

Nama : Bima Oktevidanus

Nim : 1710301152

Kelas : 8C Fisioterapi

Tugas : Teori PNF "Upper Extremity"



1. DIAGONAL 1 FLEKSI:

Shouder : fleksi, adduksi, eksorotasi, endorotasi

Forearm : Supinasi

Wrist : Radial Fleksi

Palang : Fleksi



2. DIAGONAL 1 EKSTENSI :

Shoulder : Ekstensi, Adduksi, Internal Rotasi

Forearm : Pronasi

Wrist : Ulnar, Ekstensi

Finger : Ekstensi



3. DIAGONAL 2 FLEKSI:

Shoulder : Fleksi, Abduksi, Eksternal Rotasi

Forearm : Supinasi

Wrist : Radial, Fleksi

Finger : Fleksi



4. DIAGONAL 2 EKSTENSI :

Shoulder : Ekstensi, Adduksi, Internal Rotasi

Forearm : Pronasi

Wrist : Ulnar, Ekstensi

Finger : Ekstensi