



## **MUSCOLI COINVOLTI**

### **MUSCLE GROUPS**

- Gran dorsale - Latissimus dorsi
- Pettorali - Pectorals
- Deltoidi anteriori - Anterior deltoids
- Tricipiti - Triceps
- Bicipiti - Biceps
- Romboidi - Rhomboids
- Trapezio inferiore - Lower trapezius