

Name: _____

Date: _____

Major Muscles of the Body

Z T J Z P C E Y V O X E S U H C J E E N A W N R
B A N H T J W Y O B L I Q U E S S O V O D X S B
G P M K K H T D O X F F P L Z V P C A L L R Q T
I K Q W O V M R L M D N X X J F E U Y H L Q Y J
W E U Q C N E Q S R Q O J V F W C N M B X Q A A
Y G W P Y Y A D G F K L D V Z M I R G S O I B R
F G L U T E U S M A X I M U S Q R C H E R L D U
R L A N P E C T O R A L I S V Y D J L B M N O E
Z B B U M L R Y M A X S G D J D A P B W D C M M
N S Q D K O Q S S Z R G H X O R U P Z E N P I N
X K H W Y Z V R U F X N G Y J T Q C P K E P N X
D Q T K P Z J S I A D S V Y X R A E V E V H A D
G M I F V Z U E M A B V G B A J Q G S F U G L Y
F V M W H U S D E A P M H V L R B S G D V S S R
W T X D F F W K N Y S D I O T L E D N Y J H E E
H E S L R P G Q C N T A U Z A M J B I C E P S F
M K P U D T K W O W B B I D H M S M R Q N L E Z
X K E M L T B H R W V D S U D Y W S T T F N Q I
P C C D K G V S T M E Q P Z M G B I S E C K C S
W I I P J Z C S S P S D J H L K E Y M E L S H R
L L R Z P S I I A B T H I I U Q A U A O Z R S O
C T T S E N W A G P A D C A J S D P H Z I N M B
T I W I Y V H I G Z I Y Q Y D E C E O K Y Y J U
V V Q B Z U C P M T Z H M O A G R G V Q E I C S

Gluteus Maximus

Gastrocnemius

Abdominals

Hamstrings

Pectoralis

Quadriceps

Deltoids

Obliques

Triceps

Biceps