

Name: _____

Date: _____

Muscles

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

Tibialis Anterior

Vastus Lateralis

Vastus Medialis

Gluteus Maximus

Rectus Femoris

Gastronemius

Abdominals

Pectorals

Trapezius

Sertorius

Obliques

Triceps

Deltoid

Soleus

Biceps