

Sports Med

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

Layers of Skin
Cartilage
Superior
Flexion
Medial

Superficial
Posterior
Proximal
Tendons
Bones

Ligaments
Inferior
Anterior
Distal
Skin