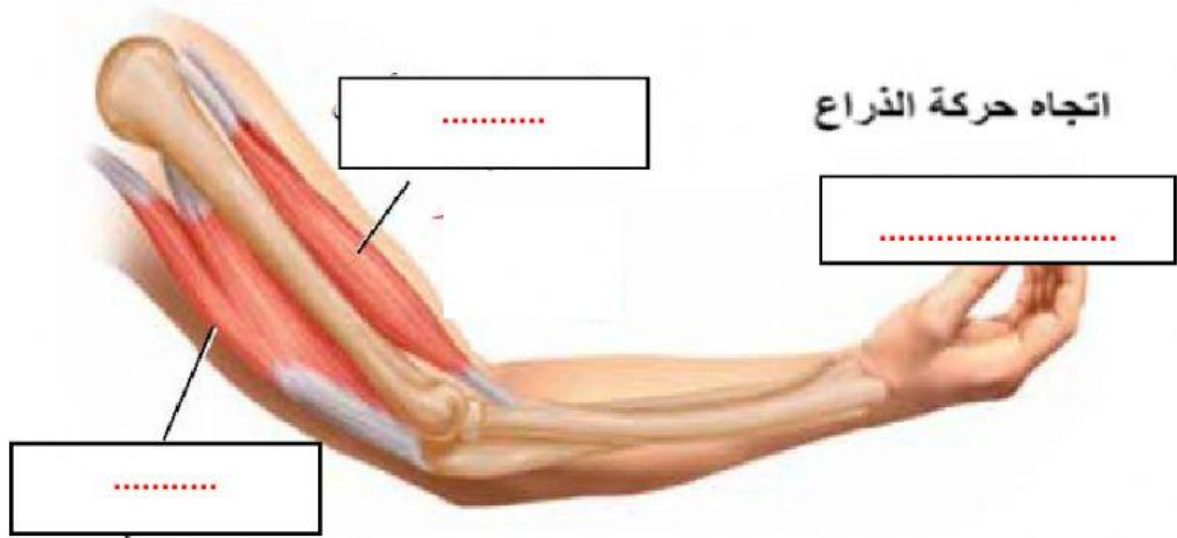
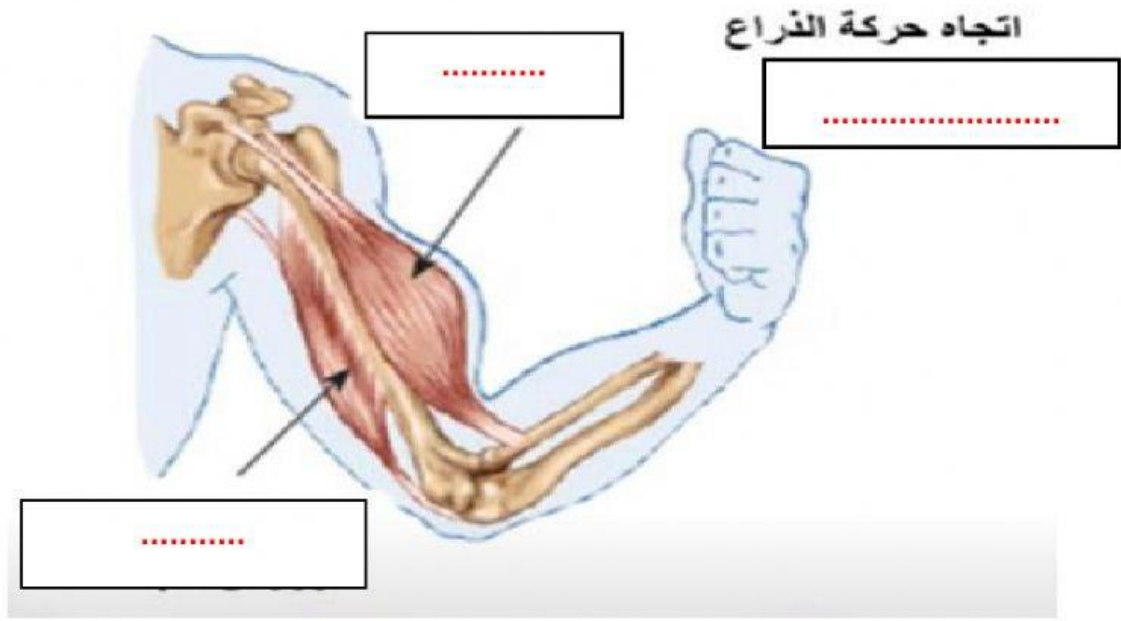




العضلة ذات
الرأسين منقبضة

العضلة ذات الرأسين
منبسطة

للأسفل

للاعلى

العضلة ذات الثلاثة
رؤوس منبسطة

العضلة ذات الرؤوس
الثلاثة منقبضة