

Řetězení zdroje:

<https://coretraining.cz/2020/03/jak-silne-dukazy-mame-v-ramci-teorie-myofascialnich-retezcu/>

[https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/fspjs16/metodika\\_biatlon/web/pages/01-08-02-specifika-fyzioterapie-problemy.html](https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/fspjs16/metodika_biatlon/web/pages/01-08-02-specifika-fyzioterapie-problemy.html)

Poznámky ke svalovému zřetězení:

Svaly propojují kostní segmenty, a tvoří svalovou smyčku, které přitahují segment jeden ke druhému. Punctum fixum x punctum mobile (Véle 2006).

Spojení svalů do svalových smyček nebo složitějších řetězců integruje jejich funkci. Proto při rozboru pohybu musíme brát v potaz celý řetězec, který určuje účelový pohyb. Potřeba myslet i na svaly udržující posturu (HSS).

Svalový řetězec vzniká spojením šlachami, fasciemi, kostmi.. Svaly nemusí pracovat synchronně. Mají však určitý timing, kterými se pohyby koordinují a určují přesnost pohybu. K narušení timingu může dojít přítomností trigger pointu, úrazem, operací - plastika LCA (Véle 2006).