

1- Groupe ventral : Muscle psoas – iliaque

— Psoas

Origine : face antéro-latérale des corps vertébraux T12-L5 – disques intervertébraux – apex des processus transverses L1-L5

— Iliaque

Origine : 2/3 proximal de la fosse iliaque – base du sacrum

Terminaison commune

Extrémité proximale du petit trochanter

Fonctions :

— Muscle iliaque (M. iliacus) (2)

Statique : stabilisation antérieure de la hanche

Dynamique : flexion puissante de la cuisse sur le bassin

— Muscle grand psoas (M. psoas major) (1)

Statique : Hanche : stabilisation antérieure de la coxo-fémorale Colonne lombaire : rempart convexitaire sagittal - Hauban latéral frontal - Equilibre rotatoire transversal

Dynamique : Hanche : flexion puissante de la cuisse sur le bassin - Colonne lombaire

Flexion du bassin sur le rachis lombaire - Légère rotation latérale - Inclinaison homolatérale

Rotation contro-latérale du rachis

2- Groupe dorsal : plan superficiel

— Muscle grand fessier (glutéus maximus)

Origine

Plan superficiel

Crête sacrale médiane (1) –intermédiaire(2)

¼ postérieur du versant externe de la crête iliaque(3)

Plan profond

Champ postérieur de la surface glutéale (4)

Ligaments sacro-iliaques postérieurs (5)

Face postérieure du ligament sacro-tubéral (6)

Bord latéral du sacrum et face postérieure du coccyx (7)

Terminaison

Faisceau superficiel

Bord postérieur du Fascia Lata (1)

Faisceau profond

Branche de trifurcation latérale de la ligne âpre (2)

Fonctions

Statique Coussin contractile

Stabilisateur sagittal du bassin

Dynamique

Extension de la cuisse sur le bassin (dans la course – grimper-)

Passage de la position assise à la position debout- décollement de la cuisse du plan du lit dans le coucher ventral)

Rotateur latéral de la cuisse (faisceaux caudaux)

NB : Aucune intervention dans la marche normale ou la station debout

Action importante dans le saut-la course – la montée de l'escalier- d'un plan incliné- la marche avec charge

— Muscle moyen fessier (gluteus medius)

Muscle épais – triangulaire – situation latérale – 2ème plan

Origine :

Lèvre externe de la crête iliaque (¾ ventraux)

Face glutéale entre les deux lignes glutéales ventrale et dorsale

Terminaison

Face latérale du grand trochanter

Fonctions

Statique

Stabilisateur latéral de la hanche (hauban actif surtout en appui unipodal : course ou dans la marche pendant la phase d'appui unilatéral

Dynamique

Puissant abducteur de la cuisse sur le bassin

Rotateur médial de la cuisse sur le bassin par ses faisceaux ventraux
(hanche fléchie :assis)

Rotateur latéral par ses faisceaux dorsaux

Efficacité du moyen fessier à 30-35° d'abduction

NB : Le moyen fessier participe à la coaptation articulaire

— Muscle petit fessier (gluteus minimus)

Muscle triangulaire situé au-dessous du précédent (3^{ème} plan)

Origine

Face glutéale en avant de la ligne glutéale ventrale

Terminaison

Bord crânial et ventral du grand trochanter

Fonctions

Statique Stabilisateur frontal du bassin+++

Dynamique Abducteur de la cuisse sur le bassin +++

Fléchisseur et rotateur médial et extenseur et rotateur latéral

3- Groupe latéral de la hanche

— Tenseur du fascia lata

Muscle latéro-dorsal du plan superficiel de la région glutéale

Composition : un corps charnu : le tenseur qui rejoint une bandelette fibreuse : le fascia lata qui se prolonge en bas au niveau de la cuisse et devient le tractus ilio-tibial .

Origine : versant latéral de l'épine iliaque ventro-proximal

Trajet: en bas et en arrière

Terminaison : bord ventral de la bandelette ilio-tibiale

Fonctions

Point fixe au niveau du bassin :

Tenseur ant du tractus ilio-tibial

Abducteur de hanche

Rotateur latéral du genou

Stabilisateur du genou

Point fixe tibial

Stabilisateur homolatéral du bassin

Stabilisateur de la hanche et du genou

Ligament actif du genou

Bandelette ilio-tibiale : bandelette de Maissiat et fascia lata

Origine

Versant latéral de la crête iliaque au niveau du tubercule iliaque

Trajet

oblique en bas et en arrière

Terminaison

Segment antérieur du condyle latéral du tibia (tubercule de Gerdy)

Fonctions

Stabilisateur latéral du genou et de la hanche

Abducteur de hanche

Rotateur latéral du genou

4-Groupe dorsal : Plan profond

Muscles pelvi-trochantériens

- Muscle piriforme
- Jumeau crânial (gemellus superior)
- Obturateur interne (obturatorius internus)
- Jumeau caudal (gemellus inférieur)

- Obturateur externe (obturatorius externus)
- Carré fémoral (quadratus femoris) (carré crural)

— Muscle piriforme

Muscle sacro-fémoral - triangulaire à sommet latéral à base sacrée

Origine :

Face pelvienne du sacrum autour des foramens sacrés (2ème-4ème

Trajet : oblique en avt- en bas – en dhs ; sort du bassin par la grande incisure ischiatique – traverse la région profonde

Terminaison

Bord crânial du grand trochanter

Fonctions

Point fixe sur le bassin

Abducteur –Rotateur latéral de la hanche+++

Point fixe sur le fémur : stabilisateur du bassin

Muscle Jumeau crânial

Muscle coxo-fémoral,exopelvien,satellite de l'obturateur interne

Origine

Versant latéral de l'épine ischiatique

Trajet

Oblique en avt- en haut – en dhs

Terminaison (tendon commun avec l'obturateur interne)

Face médiale du gd trochanter (fosse trochantérique)

Fonctions

Point fixe sur l'os coxal

Rotateur latéral de la hanche

Point fixe sur le fémur

Stabilisateur du bassin

Muscle obturateur interne

Muscle triangulaire , à sommet latéral ,tendu de la face endopelvienne de l'os coxal au gd trochanter du fémur

Origine (face endopelvienne)

Pourtour du foramen obturé – membrane obturatrice

Trajet

Endopelvien (oblique en AR – en Bas – en DH)

Exopelvien (oblique en H – DH – AV)

Terminaison (tendon commun jumeaux pelviens)

Face médiale du gd trochanter dans la fosse trochantérique

Fonctions

Point fixe coxal : rotateur latéral de la hanche

Point fixe fémoral : sustentateur de l'os coxal

Stabilisateur automatique du bassin

Muscle Jumeau caudal

Origine

Versant latéral du bord postérieur de la tubérosité sciatique

Trajet : oblique en AV-H-DH

Terminaison

Face médiale du Gd trochanter dans la fosse trochantérique

Fonctions

Point fixe sur l'os coxal

Rotateur latéral de la hanche

Point fixe sur le fémur

Stabilisateur du bassin

Muscle obturateur externe

Muscle tendu de la face endopelvienne de l'os coxal au gd trochanter

Origine

Pourtour externe du foramen obturé

Membrane obturatrice

Branche ischio-pubienne (bord crânial)

Trajet : oblique en H – DH - AR

Terminaison

Face médiale du Gd trochanter à la partie distale de la fosse trochantérique du fémur

Fonctions

Point fixe coxal : rotateur latéral de la hanche

Point fixe fémoral : stabilisateur de la hanche sustentateur du bassin

Muscle carré fémoral

Muscle exopelvien - quadrangulaire – aplati- tendu de l'ischion au fémur

Origine:

Face latérale de la tubérosité ischiatique

Trajet transversal : en DH (fermeture de la gouttière ischio-fémorale)

Terminaison : face dorsale du gd trochanter (crête verticale)

Fonctions

Point fixe coxal

Rotateur latéral – Adducteur de hanche +++

Point fixe fémoral

Stabilisateur du bassin

5-- Groupe ventral de la cuisse

- Muscle Quadriceps
- Muscle Sartorius (couturier)

Muscle Quadriceps

Muscle de la cuisse volumineux ,fusiforme,constitué de 04 chefs :

Plan superficiel : M. droit fémoral

Plan intermédiaire : M. Vaste médial – vaste latéral

Plan profond : Vaste intermédiaire (crural)

— Muscle quadriceps : Vaste intermédiaire

Origine

2/3 sup de la face ventro-latérale de la diaphyse fémorale

Bords latéraux

Septum intermusculaire fémoral latéral

Trajet

Vertical en bas

Terminaison

Base de la patella (plan profond)

— Muscle quadriceps : Vaste médial

Origine

Branche de trifurcation médiale de la ligne âpre

Lèvre médiale de la ligne âpre

Septum intermusculaire médial fémoral

Trajet

Vertical – enroulement sur la face médiale du fémur

Terminaison

Base de la rotule

Expansion directe sur le bord médial de la patella –
ligament patellaire et tubérosité tibiale

Expansion croisé sur le bord contro-latéral de la tubérosité tibiale

— Muscle quadriceps : Vaste latéral

Origine

Branche latérale de trifurcation de la ligne âpre

Lèvre latérale de bifurcation de la ligne âpre

Septum intermusculaire latéral fémoral (SIMLF)

Trajet

Vertical

Terminaison

Base de la rotule

Expansion directe sur le bord latéral de la patella – ligament patellaire et tubérosité
tibiale

Expansion croisé sur le bord contro-médial de la tubérosité tibiale

Muscle quadriceps : Droit fémoral

Origine

— Tendon direct : versant latéral de l'épine iliaque ventro-distal

— Tendon réfléchi: sillon proximal acétabulaire

— Tendon récurrent : angle supéro-médial du bord antérieur du Grand trochanter

Trajet

Vertical

Terminaison

Champ proximal de la face ventrale de la patella

Ligament patellaire (fibres superficielles)

Muscle quadriceps : Tendon quadricipital

Supra-patellaire

Puissant

Orientation : oblique en bas et en dedans

Constitution : union des 04 chefs du quadriceps

Insertion terminale par l'intermédiaire de lames tendineuses en 03 plans

— Plan profond : vaste intermédiaire (base : partie dorsale)

— Plan moyen : vaste lat et médial (base : partie moyenne +

bords latéral et médial avec des fibres tendineuses directes et croisées sur le tibia)

— Plan superficiel : droit fémoral (base : partie antérieure + tibia

Muscle quadriceps : tendon patellaire

Infra-patellaire

Puissant

Orientation: oblique en bas et en dehors

Présence d'une bourse séreuse rétro-tendineuse (corps adipeux)

Constitution : ligt patellaire + fibres tendineuses du droit fémoral

NB : le ligt patellaire est tendu de l'apex de patella à la tubérosité tibiale

Muscle quadriceps

Extenseur de la jambe sur la cuisse

(point fixe en haut)

Indispensable pour la course-le saut-la montée de l'escalier –
descente de l'escalier

Muscle droit fémoral (bi-articulaire)

Fléchisseur de la cuisse sur le bassin

Extenseur de la jambe sur la cuisse

Stabilisateur de la hanche

Muscle Sartorius (couturier)

Muscle superficiel de la loge ventrale de la cuisse , rubané , tendu de l'os coxal au tibia (groupe de la patte d'oie) .

Origine

Versant latéral de l'épine iliaque ventro-proximale de l'os coxal

Trajet

Oblique de haut en bas et de dehors en dedans

Terminaison

Partie proximale de la face médiale de la diaphyse tibiale

Fonctions

Stabilisateur du genou

Fléchisseur de la jambe sur la cuisse

Rotateur médial de la jambe

6-Groupe médial de la cuisse

Plan profond

Muscle grand adducteur

Plan moyen

Muscle court adducteur (petit adducteur)

Plan superficiel

* En haut : Muscle pectiné

En bas : Muscle long adducteur (moyen adducteur)

En dedans : Muscle gracile (droit interne)

Muscle grand adducteur

Muscle profond , triangulaire à sommet proximo-médial , le plus volumineux de la loge médiale de la cuisse ; constitué de deux segments : antérieur (oblique) avec un faisceau supérieur et moyen ; postérieur (vertical) avec un faisceau postérieur ou 3ème adducteur .

Origine (deux portions)

— Portion antérieur:

Bord distal de la face exopelvienne de la branche ischio-pubienne

— Portion postérieur

Pôle distal de la tubérosité ischiatique

Trajet

En éventail en bas et en dehors

— faisceau supérieur: presque horizontal en dehors

— faisceau moyen : en arrière du précédent

— faisceau postérieur : vertical en arrière des faisceaux précédents

Terminaison

— faisceau supérieur

Versant médial de la branche latérale de la ligne de trifurcation de la ligne âpre

— faisceau moyen

Versant médial de la lèvre latérale de la ligne âpre

— faisceau postérieur

Tubercule du 3ème adducteur

Fonctions

Adducteur de hanche

Légèrement extenseur (portion postérieure)

Muscle court adducteur (petit adducteur)

Muscle coxo-tibial , aplati, triangulaire, à sommet proximo-médial constitué de deux faisceaux appartenant au plan moyen de la loge médiale de la cuisse.

Origine :

Face antérieure du corps du pubis – partie proximale de la branche ischio-pubienne

Trajet

En bas – en dehors et un peu en arrière en deux branches de division

Terminaison

— Faisceau supérieur :

1/3 proximal de la ligne âpre entre la ligne du pectiné en dedans et le gd adducteur en dehors (entre la branche moyenne et latérale de trifurcation de la ligne âpre

— Faisceau inférieur

Partie moyenne de la ligne âpre entre le long adducteur en dedans et le gd adducteur en dehors

Fonctions

Adducteur de la hanche

Rotateur latéral de la hanche (controversé)

Muscle Pectiné

Muscle coxo-fémoral , aplati, quadrilatère , appartenant au plan superficiel de la loge médiale de la cuisse .

Origine : disposé en deux plans

— Plan superficiel

Branche supérieure du pubis (branche horizontale)

— Plan profond

Crête pectinéale (lèvre antérieure de la gouttière sous-pubienne

Trajet

Oblique en bas – en arrière – en dehors

Terminaison

Branche moyenne de trifurcation de la ligne âpre (crête du pectiné)

Fonctions

Adducteur de hanche

Rotateur latéral de la hanche

Fléchisseur accessoire

M. Long adducteur (moyen adducteur)

Muscle pubo-fémoral , triangulaire à base fémorale , superficiel appartenant à la loge médiale de la cuisse .

Origine

Face antérieure de la surface angulaire du pubis
Face inférieure du tubercule pubien

Trajet

Oblique en bas – en arrière et en dehors
En éventail

Terminaison

Partie moyenne de la ligne âpre (entre les deux lèvres)

Fonction

Adducteur et rotateur latéral de la hanche

Muscle Gracil (droit interne)

Muscle coxo-tibial , superficiel , médial , fusiforme, grêle et aplati , appartenant aux muscles de la patte d'oie et à la loge médiale de la cuisse .

Origine

Branche ischio-pubienne (partie antéro-médiale) le long de la branche inférieure .

Trajet

Vertical le long du bord médial de la cuisse

Terminaison

Partie proximale de la face médiale de la diaphyse tibiale

Fonctions

Faible adducteur – fléchisseur du genou et rotateur médial

7-Groupe dorsal de la cuisse

Muscles ischio-jambiers

- Muscle biceps fémoral
- Muscle semi-tendineux
- Muscle semi-membraneux

Muscle biceps fémoral

Constitué deux chefs : long (ischio-fibulaire) ; court fémoro-fibulaire

Origine

- Long biceps
Partie proximo-latérale de la face dorsale de l'ischion
- Court biceps
Partie moyenne de la lèvre latérale de la ligne âpre
Partie proximale de sa branche de trifurcation
Septum intermusculaire fémoro-latéral (SIMFL)

Trajet

- Long biceps
Oblique en bas et en dehors
 - Court biceps
Oblique en bas en dehors
- Terminaison commune
Versant latéral de la tête fibulaire

Fonctions

Long biceps :

Extenseur de la hanche

Court - long biceps :

Fléchisseur et rotateur latéral du genou (genou fléchi)

Muscle semi-tendineux

Muscle ischio-tibial , médial et superficiel , appartenant à la patte d'oie et situé dans la loge dorsale de la cuisse.

Origine

Face dorsale de la tubérosité ischiatique(partie inféro-médiale)

Trajet

En bas à la partie moyenne de la cuisse

Terminaison

Partie proximo-ventrale de la face médiale de la diaphyse tibiale

Fonctions

Extenseur de la hanche --- fléchisseur du genou

Rotateur médial du genou fléchi

Muscle semi-membraneux

Muscle ischio-tibial , de situation médiale et profonde , mince , aplati , tendineux dans son 1/3 proximal , charnu distalement .

Origine

Face dorsale de la tubérosité ischiatique

Trajet

Oblique en bas et en dedans – en arrière du condyle médial du fémur

Terminaison : en 03 tendons

Direct : face dorsale du condyle médial tibial

Réfléchi : partie antéro-médiale de l'épiphyse proximale tibiale

Récurrent: constitue le ligt poplité oblique qui se termine sur la coque condylienne latérale (fabella)

Fonctions :

Stabilisateur postéro-médiale du genou

Fléchisseur du genou avec légère rotation médiale

8-La loge ventrale de la jambe

Tibial antérieur (jambier antérieur)

Long extenseur des orteils (ex.commun des orteils)

Long extenseur de l'hallux (ex propre du gros orteil)

Troisième fibulaire (péronier ant)

Muscle tibial antérieur

Muscle tibio-tarso-métatarsien , de situation superficielle et médiale, long, épais, de forme triangulaire .

Origine 2/3 proximal de la face latérale tibiale

Bord latéral de la tubérosité tibiale

Membrane interosseuse (segment supéro-médial)

Trajet

Vertical au niveau de la jambe (fort tendon au 1/3 distal

Oblique en bas – en avant – en dedans au bord médial du pied

Terminaison

Face médial du cunéiforme médial

Expansion sur la base de 1er métatarsien et la capsule attenante

Fonctions :

— Statique

Sustentation du tarse antéro-médial

Stabilisateur cunéo-métatarsien

— Dynamique

Flexion dorsale du pied (releveur du pied)

Supination et adduction du pied (inverseur du pied)

Long extenseur des orteils

Muscle jambier , tibio-fibulo-membrano-phalangien , long , aplati , de situation latéral et superficiel , recouvrant en partie le muscle l'extenseur propre du gros orteil .

Origine :

Condyle latéral du tibia

$\frac{3}{4}$ proximal de la face médiale fibulaire

Trajet

Vertical à la jambe – passage sous rétinaculaire – face dorsale du pied en avant et en dehors

Terminaison (en 04 tendons) pour les 4 derniers orteils

03 languettes : médiane pour la base de P2 – deux latérales qui fusionnent en P2 pour la base de P3 des orteils II-V

Fonctions

Statique :

Participe à la stabilité métatarso-phalangienne

Dynamique

Extenseur des 4 derniers orteils (IPD – IPP – MP)

Flexion dorsale de la cheville

Abducteur et pronateur (éverseur du pied)

Long extenseur de l'hallux

Muscle fibulo-phalangien (hallux) , profond , mince , aplati situé en dehors et en arrière du tibial antérieur .

Origine

Partie moyenne de la face médiane de la fibula et de la membrane interosseuse

Trajet

Vertical à la jambe

Oblique en bas et en dedans à la face dorsale du pied après son passage dans la fronde médiale du rétinaculum des extenseurs

Terminaison

Base de la face dorsale de P2 de l'hallux

Fonctions : Stabilisateur de l'hallux- extenseur de l'hallux –adducteur et supinateur du pied – Flexion dorsale de la cheville

3ème Fibulaire (péronier antérieur)

Muscle fibulo-métatarsien , inconstant , grêle , profond et latéral

Origine

¼ distal de la face médiale de la fibula

Trajet

Vertical à la jambe

Oblique en bas , en avant et en dehors au pied

Terminaison

Face dorsale de la base du 5ème métatarsien

Fonction

Fléchisseur dorsal de la cheville

Abducteur et pronateur (éverseur du pied)

9-Groupe latéral de la jambe

Muscle long fibulaire (muscle long péronier latéral)

Muscle court fibulaire (muscle court péronier latéral)

Long fibulaire(long péronier latéral)

Muscle fibulo-métatarsien , épais , superficiel , le plus long de la loge latérale de la jambe .

Origine

— Faisceau proximal épiphysaire

Partie antéro-latérale de la tête fibulaire

Condyle latéral tibial

— Faisceau ventral diaphysaire

2/3 antéro-supérieur de face latérale fibulaire

— Faisceau dorsal diaphysaire

2/3 postéro-supérieur de la face latérale fibulaire

Trajet

Vertical en bas – un peu oblique en dehors

Dans le sillon malléolaire latéral

Face latérale du calcanéus (sous la trochée fibulaire)

Bord latéral du cuboïde

Face plantaire du métatarse

Terminaison

Tubercule latéral de la base plantaire du 1er métatarsien

Expansions proximales au cunéiforme médial

Expansions distales aux deux métatarsiens

Fonctions

Statique

Maintien de la voûte plantaire

Stabilité latérale de la cheville

Dynamique

Faible fléchisseur plantaire du pied

Everseur du pied (abducteur – pronateur)

Court fibulaire(court péronier latéral)

Muscle fibulo-métatarsien , court et aplati , profondément situé dans la loge latérale de la jambe .

Origine

1/3 inférieur de la face latérale de la fibula

Trajet

Vertical à la jambe

Glisse en arrière de la malléole fibulaire latérale

Passe au-dessus de la trochlée fibulaire du calcanéus en avant

Terminaison

Tubérosité styloïde à la base du 5ème métatarsien

Fonctions

Stabilité latérale de la cheville – éverseur du pied

10-Groupe dorsal de la jambe

Plan profond

- Poplité
- Tibial postérieur
- Long fléchisseur des orteils
- Long fléchisseur de l'hallux

Plan superficiel

- Triceps sural
- Plantaire

Muscle poplité

Muscle fémoro-tibial , court, aplati, triangulaire, situé à la partie dorso-latérale du genou dorsale .Il appartient à la loge dorsale de la jambe qu'à sa partie toute supérieure .

Origine

- Faisceau fémoral

Face latérale du condyle latéral sous l'épicondyle latéral
(fossette du m. poplité)
Coque condylienne latérale

- Faisceau méniscal

De la partie postérieure du ménisque latéral

Trajet (intracapsulaire – extra-articulaire)

Oblique en bas et en dedans en éventail

Terminaison

¼ proximal de la face dorsale du tibia au-dessus de la ligne
m.soléaire

Fonctions :

- Statique
Stabilisateur latéral du genou
- Dynamique
Rotateur médial de la jambe fléchie
Fléchisseur accessoire de la jambe sur la cuisse

Tibial postérieur

Muscle tibio-fibulo-naviculaire , long , d'aspect bipenné , situé à la partie moyenne du plan profond de la loge dorsale de la jambe .

Origine

2/3 proximal de la moitié latérale de la face dorsale tibiale
Face dorsale de la membrane interosseuse
2/3 proximal de la face médiale fibulaire

Trajet

Oblique en bas et en dedans à la jambe
En bas et en avant à la cheville
Glisse derrière la malléole médiale tibiale
Croise la face médiale du corps du talus en avant

Terminaison

Tubérosité de l'os naviculaire (versant plantaire)
Expansions : sustentaculum talii-cuboide- cunéiforme latéral-
intermédiaire –cunéiforme médial (face plantaire) -2-3-4
métatarsien .

Fonctions : inverseur pur (flexion plantaire-adduction – supination)

Long fléchisseur des orteils

Muscle tibio-phalangien penniforme , médial , situé dans le plan profond de la loge dorsale de la jambe .

Origine

1/3 moyen de la face dorsale tibiale en dedans de la crête
verticale sous la ligne du soléaire

Trajet	Vertical en bas et légèrement en dedans à la jambe En avant et en bas sur la sustentaculum du tarse En avant et en dehors à la voûte plantaire
Terminaison	
Fonctions :	Face plantaire de la base de P3 des 4 derniers orteils soutien de la voûte plantaire – flexion des orteils-flexion plantaire de la cheville – inverseur du pied

Long fléchisseur de l'hallux

Muscle tibio-phalangien (hallux) , allongé , penniforme , le plus latéral du plan profond de la jambe et le plus médial à sa terminaison.

Origine	2/3 distal de la face dorsale fibulaire et des bords adjacents
Trajet	En bas et très en dedans à la jambe En arrière entre les deux processus postérieurs du talus Oblique en avant sous le sustentaculum tali du calcaneus En avant entre des deux sésamoides de l'hallux au niveau plantaire
Terminaison	
Fonctions	Face plantaire de la base de P2 de l'hallux flexion de l'hallux – flexion plantaire de la cheville – supinateur du pied – faible adducteur .

Le triceps sural

Plan superficiel de la loge dorsale de la jambe

Constitution :	— Muscle soléaire profond — Muscles gastrocnémiens médial et latéral superficiels
-----------------------	--

Muscle Soléaire

Muscle tibio-fibulo-calcaneen , volumineux , large , constituant le plan profond du triceps sural

Origine	— Chef tibial Ligne oblique du muscle soléaire (face dorsale) 1/3 moyen du bord médial de la diaphyse tibiale — Chef fibulaire Face dorsale de la tête fibulaire 1/3 proximal du bord latéral fibulaire — Arcade tendineuse du soléaire
Trajet – terminaison commune	Formation d'une lame tendineuse intramusculaire oblique en bas qui se termine sur une lame terminale qui fusionne avec celle des gastrocnémiens pour former le tendon calcaneen .

Muscles gastrocnémiens

Muscle fémoro-calcaneen , constitué de deux chefs médial et latéral , volumineux et large ,
recouvrant la partie proximale du muscle soléaire .

Origine	
— Chef médial	Tubérosité supra-condyloire médiale -Epicondyle médial Coque condyloire médiale
— Chef latéral	Tubérosité supra-condyloire latérale – épicondyle latéral – coque condyloire latérale
Trajet – terminaison commune	Elle donne naissance à une lame tendineuse qui s'unit à celle du soléaire pour former le tendon calcaneen . P13

Terminaison : Tendon calcanéen (tendon d'Achille)

— Origine

Réunion des lames tendineuses terminales des soléaire et gastrocnémiens

— Trajet

Vertical – épais – résistant

— Terminaison

½ distale de la face dorsale du calcanéus

Fonctions

Fléchisseur plantaire principal de la cheville
Muscle essentiel de la marche et du saut
Fléchisseur du genou

Muscle plantaire

Muscle fémoro-calcanéen , grêle , aplati, triangulaire , situé superficiellement entre le gastrocnémien et le soléaire .

Origine

Tubérosité supra-condylienne latérale du condyle fémoral latéral

Trajet

Tendon mince vertical oblique en bas
Auxiliaire du triceps sural

Utilité en chirurgie lors des ruptures du tendon calcanéen

Terminaison

Face dorsale du calcanéus ou tendon calcanéen

11- Groupe dorsal du pied

Muscle court extenseur des orteils

Muscle intrinsèque , court , mince , aplati, en forme d'éventail , situé à la face dorsale du pied .

Origine

Partie antéro-latérale de la face dorsale du calcanéus

Trajet

En avant – en dedans – légèrement en bas sous les longs extenseurs

Terminaison

— Long extenseur de l'hallux : face dorsale de la base de P1 de l'hallux
— CEO : Bord latéral les tendons du LEO (II – IV) et avec lui sur P2-P3

Fonctions

Corrige l'obliquité des tendons extenseurs extrinsèques
Extenseurs des 4 premiers orteils

12-Groupe médial plantaire

Plan superficiel

Muscle abducteur de l'hallux

Plan profond

Muscle adducteur de l'hallux
Muscle court fléchisseur de l'hallux

Muscle abducteur de l'hallux

Muscle intrinsèque , volumineux , de plus long et situé dans le plan superficiel de la loge médiale .

Origine

Processus médial de la tubérosité de la face plantaire du calcanéus
P14

Trajet	Direction horizontale vers l'hallux (bord médial du pied) P13
Terminaison	Sésamoïde médial Tubercule médial de la base plantaire de P1 de l'hallux
Fonctions	Abducteur de l'hallux Fléchisseur de P1-M1 (hallux)

Court fléchisseur de l'hallux

Muscle intrinsèque , profond , tendu de la loge plantaire intermédiaire à la loge plantaire médiale .

Origine	— Chef latéral: Face plantaire du cuboïde — Chef médial : Face plantaire des cunéiformes latéral intermédiaire
Trajet	En avant et légèrement en dedans
Terminaison : deux tendons	— Tendon médial : sésamoïde médial – tubercule médial de la base de P1 de l'hallux — Tendon latéral : sésamoïde latéral – tubercule latéral de la base de P1 de l'hallux
Fonctions : fléchisseur de la MP de l'hallux	

Adducteur de l'hallux

Muscle intrinsèque , formé de deux faisceaux , situé dans le plan profond de la loge plantaire médiale .

Origine :	— Chef oblique Tubérosité du cuboïde (face plantaire) Base M3-M4 (face plantaire) Cunéiforme latéral — Chef transverse Face plantaire des articulations Métatarso-phalangiennes (3-4-5ème orteils
Trajet	Oblique en avant et en dedans pour le 1er – transverse pour le 2ème
Terminaison	Face plantaire de la base de P1 de l'hallux – sésamoïde latéral
Fonctions :	adducteur de l'hallux

12-Groupe latéral plantaire

- Muscle abducteur du 5ème orteil
- Muscle court fléchisseur du 5ème orteil
- Muscle Opposant du 5ème orteil

Muscle abducteur du 5ème orteil

Muscle intrinsèque , fusiforme , allongé , calcanéophalangien , situé dans le plan superficiel de la loge plantaire latérale .

Origine	Face plantaire du calcanéus au niveau du processus latéral de la tubérosité Processus styloïde de M5
Trajet	Oblique en avant et légèrement en dehors le long du bord latéral du pied

Terminaison	Face latérale de la base de P1 du 5ème orteil
Fonctions	Abducteur du 5ème orteil

Court fléchisseur du 5ème orteil

Muscle intrinsèque, fusiforme, cuboïdo-phalangien, situé dans le plan moyen de la loge plantaire latérale.

Origine	Face plantaire du cuboïde (partie latérale de la tubérosité) Face plantaire de la base de M5 (processus styloïde)
Trajet	En avant le long de la diaphyse de M5
Terminaison	Tubercule latéral de la base de P1 du 5ème orteil
Fonctions :	Fléchisseur de la métatarso-phalangienne du 5ème orteil

Muscle opposant du 5ème orteil

Muscle intrinsèque, allongé, triangulaire à sommet dorsal, situé dans le plan profond de la loge latérale du pied.

Origine	Face plantaire du cuboïde : partie latérale de la tubérosité
Trajet	S'élargit en avant et en dehors
Terminaison	Face plantaire de la diaphyse de M5 / le long du bord latéral
Fonctions	Adducteur – supinateur de M5

13-Groupe plantaire intermédiaire

■ Plan superficiel

— Court fléchisseur des orteils (plantaire)

■ Plan profond

— Carré plantaire (chaire carrée de Sylvius)

— Lombricaux

— Interosseux dorsaux

— Interosseux plantaires

Court fléchisseur des orteils (plantaire)

Muscle intrinsèque, superficiel, de forme quadrilatère, court et aplati, tendu du calcanéum aux quatre derniers orteils.

Origine	Processus médial et latéral de la tubérosité de la face plantaire du calcanéus
Trajet	Oblique en avant, étalé transversalement, puis divisé en 04 tendons divergents vers les 4 derniers orteils. Recouvre le LFO et Carré plantaire au tarse.
Terminaison	Face plantaire de P2 en deux languettes (tendon perforé)
Fonctions :	maintien de la voûte plantaire – flexion des 04 derniers orteils (IPD- MP)

Carré plantaire (chaire carrée de Sylvius)

Muscle intrinsèque du plan moyen, annexé au LFO, de forme quadrilatère, court et aplati, composé de deux faisceaux.

Origine

— Chef médial : face médiale du calcanéus – Bord médial du calcanéus P16

- **Chef latéral** **Bord latéral du calcanéus**
- Trajet** **En avant avec union des deux chefs en un seul corps**
- Terminaison** **Bord postéro-latéral du tendon du LFO**
- Fonctions** : **correction axiale de l'action oblique du LFO ; participe à la flexion des 4 derniers orteils**

Lombricaux

Muscles intrinsèques du plan profond de la loge intermédiaire , au nombre de 04 comptés de dedans en dehors , annexés aux tendons du LFO , fusiforme et penniforme pour le 1er , bipennés pour les 2ème -3ème- 4ème

Origine au niveau métatarsien

- **1er** : **bord médial du tendon du LFO**
- **2ème -3ème -4ème/** : **bords latéraux des tendons destinés aux 3ème-4ème et 5ème orteils**

Trajet : **en avant et en haut**

Terminaison : **par deux tendons**

- **Le 1er** sur le **tubercule médial de P1 des 04 derniers orteils**
- **Le 2ème** sur le **bord médial du tendon extenseur du même oriel / une extension qui s'unit à l'IO correspondant**

Fonctions : **Fléchisseur MP correspondant des 4 derniers rayons ; extenseur de P2-P1- P3-P2 par l'intermédiaire de l'expansion sur le tendon du LEO des 04 derniers orteils .**

Interosseux dorsaux

Muscles intrinsèques , au nombre de 04 , numérotés de DD / DH courts , occupant les espaces inter-métatarsiens , tendus des métatarsiens aux P1 qui leurs font suite .

Origine

Grande insertion : **face latérale ou médiale des diaphyses métatarsiennes (2/3 post) limitant l'espace inter-métatarsienle + proche de l'axe du pied .**

Petite insertion : **face latérale ou médiale des diaphyse des métatarsiens (1/3 moyen) limitant l'espace IM le + éloigné de l'axe du pied .**

Trajet

Fusion des deux chefs – direction en avant – un tendon le long de la face médiale ou latérale de l'articulation métatarso-phalangienne correspondante .

Terminaison : **par 03 tendons**

- **Tubercule latéral ou médial de la base de P1 sur l'orteil le + rapproché de l'axe du pied : le 1er sur le médial de P1 du O2 – le 2ème sur le latéral de P1 du O2 – le 3ème sur le latéral de P1 du O3 – le 4ème sur le latéral de P1 du O4**

- **Expansion au LEO au niveau de P2**

Fonctions /**fléchisseur de P1 sue le M correspondant (2-3-4) ; extenseur de P2 sur P1 – de P3 sur P2 pour la MTPH 2-3-4 et pour IP 2-3-4; 3-4 éloignent les 3ème et 4ème orteil du 2ème**

Interosseux plantaires

Muscles intrinsèques , au nombre de 03, numérotés de DD / DH , penniformes plus grêles , occupant les espaces inter-métatarsiens 2-3-4 , tendus des métatarsiens aux 1ère phalanges (1er IOP dans le 2ème espace – le 2ème dans le 3ème espace et le 3ème dans le 4ème espace .

Origine

IOP-1 IOP-2 : **Bord inf (2/3post) de la diaphyse des M3-M4**

IOP-3 : **Face inf de la diaphyse de M5 (½ post)**

Trajet

En avant

Par un tendon qui longe la face médiale des articulations MtPh

Terminaison

Principal : Tubercule médial de la base de P1 des 3ème-4ème - 5ème orteils

Secondaire : contribue à former la dorsière de l'IO voisin au niveau de P1

Tertiaire : bord médial du LEO correspondant au niveau de P2

Fonctions : fléchisseur de P1/ M correspondant ; extenseur de P3 / P2 . De P2/P1 pour IP 3-4-5 ; rapproche les orteils latéraux de l'axe du pied

