

**Диагностические тесты:**

ММТ: Подостная мышца Тест на подостную: руки упереть в живот, локти вывести вперёд и сводить

**Мышцы:**

Подостная мышца

## Упражнения

1	Растяжка подостной мышцы 1 / 10
---	---------------------------------