

Muskel	Organbeziehung	Mögliche Nahrungsfaktoren
Adduktoren	Reproduktionsorgane	Vit. E
Bauchmuskulatur	Duodenum	Vit. E, Vit. B
Bizeps	Magen	Vit. B-Komplex, Betain-HCL
Brachioradialis	Magen	Vit. B-Komplex, Betain-HCL
Corachobrachialis	Lunge	Vit. C, Wasser!
Deltoideus	Lunge	Vit. C, Wasser!
Diaphragma	Lunge	Vit. C, Wasser!
Glutaeusgruppe	Reproduktionsorgane	Vit. E
Gracilis	Nebenniere	Vit. C, Niacinamid
Hamstrings	Rectum	Vit. E; bei Krämpfen Ca, Mg, F, HCl
Iliopsoas	Niere	Vit. A, Vit. E
Infraspinatus	Thymus	Thymus
Latissimus Dorsi	Pankreas	Pankreasenzyme, Vit. A, Vit. F, Betain, Zink
Levator Scapulae	Nebenschilddrüse	–
Nackenbeuger/strecker inkl. Sternocleidomastoideus	Nasennebenhöhlen	Niacin, organisches Jod (Kelp), Vit. B6
Pectoralis major (claviculärer Anteil)	Magen	Vit. B, bei bilateraler Schwäche: Betain-HCL, Zink
Pectoralis major (sternaler Teil)	Leber	Vit. A, Gallensalze
Pectoralis minor	Lymphsystem	Wasser! A, B ₃ , Zink
Peroneusgruppe	Blase	Vit. B, Bioflavonoide, Calcium
Piriformis	Reproduktionsorgane	Vit. E, Vit. A
Popliteus	Gallenblase	Vit. A, Gallensalze
Quadriceps	Dünndarm	Vit. D, Vit. B-Komplex
Sacrospinalis	Blase	Vit. A, Vit. C, Bioflavonoide, Calcium
Sartorius	Nebenniere	Vit. C, B ₅ , B ₆ , Zink, Ginseng
Serratus Anterior	Lunge	Vit. C, Wasser!
Subscapularis	Herz	Vit. E, Carnitin, B-Complex, Vit. C
Supraspinatus	Gehirn	–
T. Fasciae latae	Dickdarm	Acidophilus, Bifidus, andere Darmkeime, Vit. D, Vit. B-Komplex, bei beidseitiger Schwäche: Eisen, Folsäure, B ₁₂
Teres Major	Säure-Basengleichgewicht	Kalium und andere Mineralsalze
Teres Minor	Schilddrüse	Jod, Tyrosin
Tibialis anterior	Blase	Vit. A
Trapezius, oberer Teil	Auge, Ohr	Vit. F, A, B-Complex, Vit. G, Calcium
Trizeps	Milz/Pankreas	Pankreasenzyme, Vit. A