

# Spis treści

Przedmowa	vii
Przedmowa do wydania pierwszego	viii
Podziękowania	ix
Jak korzystać z tej książki	xi
Wprowadzenie: budowa torowiska	1
1 Powięź i reguły biomechaniczne	13
2 Zasady gry	71
3 Taśma Powierzchnowa Tylna	79
4 Taśma Powierzchnowa Przednia	105
5 Taśma Boczna	125
6 Taśma Spiralna	143
7 Taśmy Kończyny Górnej	165
8 Taśmy Funkcjonalne	191
9 Taśma Głęboka Przednia	201
10 Taśmy Anatomiczne w ruchu (z udziałem Jamesa Earlsa)	229
11 Analiza Strukturalna	271
Załącznik 1 Uwaga na temat meridianów poprzecznych	301
Załącznik 2 Integracja Strukturalna	305
Załącznik 3 Meridiany mięśniowo-powięziowe i medycyna orientalna	321
Pojęcia Taśm Anatomicznych	329
Bibliografia	331
Indeks	337