

**Beckenknochen:**

Der gesamte Beckenring besteht aus den rechten und linken Beckenschaufeln (1) und dem Kreuzbein (2), hinten in der Verlängerung der Wirbelsäule (3). Dazwischen liegen die Iliosakralgelenke (Pfeile).

Anatomie



Gesäßmuskeln:

a) Der stärkste Muskel im Körper ist der große Gesäßmuskel (1). Er zieht vom Beckenknochen (2) aus an den äußeren Oberschenkelknochen (3).
 b) Der Beckenboden ist eine kräftige Muskelplatte und verbindet die Sitzbeine (4) miteinander.

