

膝 PCL のテーピング

1) アンダーラップ



2) アンカー



3) アンカー 前側



4) PCL 下 外



5) PCL 下 内



6) PCL 上 外



6) PCL 上 外 前側



7) PCL 上 内



7) PCL 上 内 外側

7) 同 前側



8) スパイラル

8) スパイラル

9) スパイラル

9) スパイラル 後側

9) スパイラル

