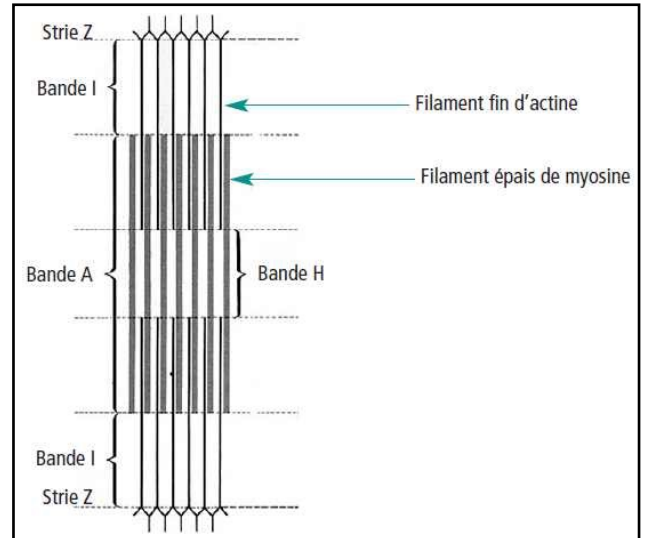
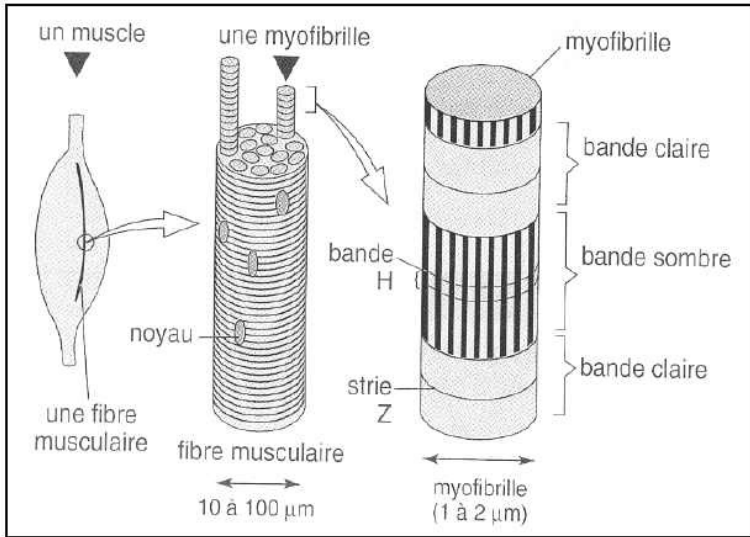


## Fiche document - La contraction musculaire



Un muscle contient des fibres musculaires (une fibre correspond à la fusion de plusieurs cellules). Une fibre musculaire est constituée d'un assemblage de myofibrilles. Chaque myofibrille est constituée d'unités répétitives : les sarcomères, séparés par des stries Z.

Chaque sarcomère est lui-même constitué d'une bande sombre médiane (bande A) et de deux demi bandes claires à ses extrémités ; la strie Z traverse la bande claire (bande I). Au milieu de la bande sombre A de la myofibrille au repos, on distingue une bande plus claire, la bande H. Les myofibrilles sont formées de myofilaments fins (actine) et épais (myosine).

