



QUIZ CT2 : Anatomie physique : Colonnes et Diaphragmes

1. Un énergéticien remplit de certitudes est ...

- A ... un énergéticien qui a tout compris
- B ... un énergéticien au canal biaisé
- C ... un énergéticien qui maîtrise son sujet

2. Comment appelle t-on la région de peau concernée par la branche dorsale d'un nerf spinal ?

- A La dure-mère
- B La métamère
- C L'épiderme

3. Que désigne la queue de cheval ?

- A La continuité de la moelle épinière en plusieurs ramifications
- B Une densité énergétique au niveau du sacrum
- C Une colonne d'air prenant source dans le bas du dos

4. En quoi la dure-mère est un élément intéressant pour l'énergéticien ?

- A Elle permet de se connecter au rythme respiratoire de la personne
- B Elle permet un massage du crâne
- C Elle permet de récolter et diffuser les informations énergétiques dans tout le corps





5. De quoi parlent plus particulièrement les vertèbres thoraciques ?

- A Elles nous parlent de notre rapport au relationnel
- B Elles nous parlent de notre capacité à appréhender plusieurs aspects d'une situation
- C Elles nous parlent de nos émotions et de nos désirs

6. Le système sympathique du corps...

- A ... le met en action et active les processus de survie
- B ... lui permet la détente et le repos
- C ... donne + d'importance au système digestif

7. Que se passe t-il lorsque le diaphragme se contracte ?

- A Les poumons sont comprimés, la cage thoracique se resserrent, c'est l'expiration
- B Les poumons sont entraînés vers le bas, la cage thoracique s'ouvre, c'est l'inspiration

8. Comment s'appelle la colonne la plus haut placée permettant le transport de l'air dans le corps ?

- A La colonne périnéale
- B La colonne sonore
- C La colonne d'air

9. Placer un effort poumon plein est déconseillé. Laquelle des raisons suivantes est fausse ?

- A Une augmentation de la pression dans la cavité abdominale
- B Une inversion du mouvement des épaules et de la poitrine
- C Une poussée du périnée vers le bas
- D Une pression au niveau des disques intervertébraux





10. Qu'est ce que le Hara ?

- A Le centre de gravité du corps
- B Un chakra
- C Le mouvement de liaison entre ciel et terre

RÉPONSES

- 1. B
- 2. B
- 3. A
- 4. C
- 5. A
- 6. A
- 7. B
- 8. B
- 9. B
- 10. A

