

## Geraamte been

**Wist je dat het zwaarste bot uit je lichaam in je been zit?**

Het geraamte van je been bestaat uit dijbeen, knieschijf, kuitbeen en scheenbeen. Het dijbeen is het zwaarste bot. Bij een man ouder dan 18 jaar weegt dat bot ongeveer een kilo! In je voet zitten de voetwortel-beentjes, de middenvoetbeentjes en teenkootjes.

In het been zit hier het dijbeen. Dit is de knieschijf. Hier het kuitbeen en het scheenbeen. Bij de enkel de voetwortelbeentjes. Dan de middenvoetbeentjes. En tenslotte nog de teenkootjes.