

Typ vlákna	MyHC izoforma	MyhC gen	Jiný název	Aktivita ATPázy	Glykolytická kapacita	Oxidativní kapacita
I	I beta	Myh 7	Pomalá odolná k únavě	Pomalá	Mírná	Vysoká
II A	Ila	Myh2	Rychlá odolná k únavě	Rychlá	Vysoká	Vysoká
II X/D	Ilx/d	Myh1	Rychlá středně unavitelná	Rychlá	Vysoká	Střední*
II B**	Ilb	Myh4***	Rychlá unavitelná	Rychlá	vysoká	Nízká

* u člověka velmi nízká

** u člověka vzácný

*** u člověka je přítomný