

# FORMATION KINÉSITHÉRAPIE SPORTIVE À LILLE

SESSION 2023-2024

Présentation de la formation\* : Au cours de notre formation de 22 jours vous obtiendrez différents outils pratiques afin de garantir une prise en charge de qualité allant de la prévention à la rééducation du sportif blessé, quel que soit son niveau. Cette formation a la particularité de s'adapter aux prises en charge dans les structures sportives, libérales et centres de rééducation. Notre formation fait appel à un collectif qualifié de formateurs de terrain et vous apportera les techniques et les méthodes, immédiatement applicables, en kinésithérapie sportive.

**Vendredi 20 Octobre 2023** : 7H- Raisonement clinique adapté à la réadaptation du sportif blessé et cas clinique de la lésion myo aponévrotique des ischios jambiers)



-Raisonnement clinique adapté à la réadaptation du sportif bléssé

-L'EBP au cœur de la prise en charge du sportif

-Diagnostic différentiel autour d'un cas pratique : La lésion Myo aponévrotique des ischios jambiers

-Prise en charge multifactorielle des lésions musculaires des ischios jambiers

**Lieu** : Be human performance, 15 ZAC de l'Europe, Orchies - 09H00-17h30

**Jeudi 09-Vendredi 10 novembre 2023 : 14H- Blessures en course à pied**



- Prévention des blessures en course à pied
  - La chaussure en course à pied
- Planification d'un programme de course en réadaptation du sportif blessé
- Diagnostic et traitement des blessures en course à pied (les tendinopathies du membre inférieur / Le syndrome de la bandelette ilio tibiale / le syndrome fémoro patellaire)

**Lieu : Be human performance-15 ZAC de l'Europe à Orchies - 08H-16h30**

**Mercredi 17-Jeudi 18 (matin) janvier 2024 : 10,5 Heures Optimisation du renforcement musculaire en kinésithérapie**



- Physiologie du développement des qualités musculaires.
- Quelle méthode pour favoriser les adaptations structurelles(hypertrophie) ou neuro-musculaire (Force & vitesse)
  - Intérêt et application du Blood Flow Restriction en rééducation
  - L'évaluation et le suivi des qualités musculaires au quotidien
  - Cas pratiques de planification en rééducation/réathlétisation

**Lieu CREPS Wattignies - 08H30-17h00**

**Jeudi 18 (après-midi) vendredi 19 janvier 2024 : 10,5 Heures L'entorse de cheville du sportif**



- Biomécanique et justifications scientifiques
  - le bilan initial et le suivi après entorse de cheville
  - Le traitement selon les recommandations de l'International Ankle Consortium – ROAST
    - Renforcement et proprioception
- CREPS Wattignies- 13H30-17H le jeudi après-midi et 08H30-17H le vendredi**

**Vendredi 09 Février-Samedi 10 Février 2024 : Triggers point :**



-Présentation théorique et pratique des différentes techniques manuelles triggers points/ contracté relâché/ techniques neuro inhibitrices / techniques de massage à visée thérapeutique

**Ces 2 jours de formation "Triggers points manuel" constituent un pré requis indispensable à la formation au Dry Needling**

**Lieu : Ibis styles aéroport Lille Lesquin- 08H00-17h30**

**Vendredi 15-Samedi 16 mars 2024 : 14H- L'épaule du sportif :**



- Épaule et sport : pathologie de surcharge / déséquilibres musculaires et raideur/instabilité / épaule traumatique
- Bilan clinique : cluster de tests / tests spécifiques / tests neurodynamiques / screening du complexe épaule-cou
  - Thérapie manuelle de l'épaule
  - exercice, réhabilitation et management
  - return to play
  - prévention et modèle biopsychosocial

**Lieu :** Be human performance, 15 ZAC de l'Europe Orchies 08H00-17h30

**Vendredi 05- Samedi 06 Avril 2024 : Douleurs de coude chez le sportif -**



- Comprendre la physiopathologie complexe de l'épicondylalgie latérale
- Savoir établir un bilan précis afin d'optimiser la prise en charge et le suivi de la pathologie
  - Établir un protocole de rééducation combinant la thérapie manuelle, les exercices de rééducation et l'éducation thérapeutique basé sur les dernières recherches scientifiques
  - Prendre connaissance des dernières études scientifiques sur le sujet afin de mieux appréhender cette pathologie chronique
  - Savoir s'orienter vers un diagnostic différentiel de l'épicondylalgie latérale et savoir diagnostiquer et prendre en charge les autres douleurs du coude

**Lieu :** Ibis styles aéroport Lille lesquin- 08H30-17h00

**Jeudi 16 mai et vendredi 17 mai 2024 : 14H Approche clinique de la lombalgie chez le patient sportif**



- Évaluer les risques de la prise en charge : connaître le terme red flag, catégoriser les red flags, maîtriser l'examen neurologique.
- Avoir un raisonnement clinique abouti : Connaître l'importance du diagnostic et du pronostic ainsi que leur complémentarité. Maîtriser la structure de raisonnement proposée
- Maîtriser le retour terrain : utiliser les bons outils aux bons moments selon les objectifs posés

**Lieu :** Be human performance-15 ZAC de l'Europe à Orchies

08H30-17h00

**Jeudi 30 vendredi 31 mai 2024 : Rééducation et réadaptation du ligament croisé antérieur**



- Les facteurs de risque et de récives
- Examen clinique d'un patient souffrant du ligament croisé antérieur
  - Les techniques opératoires
- Rééducation réadaptation des patients souffrant d'une lésion du ligament croisé opéré ou non-opéré
  - Return to play

**Lieu:** Be human performance Orchies, 15 ZAC de l'Europe à Orchies

Horaires : 09H00-17h30

**Samedi 1<sup>er</sup> Juin 2024 : Hanche et pubis du sportif**



- Comprendre les mécanismes d'apparition des pathologies de la hanche et du pubis
- Être capable de mettre en place une prise en charge individualisée et pertinente dans les différentes phases de rééducation
- Être capable de proposer un programme de renforcement musculaire permettant d'assurer un retour à la performance dans une condition sécuritaire
  - Return to play

**Lieu:** Be human performance Orchies, 15 ZAC de l'Europe à Orchies

Horaires : 09H00-17h30

### **Vendredi 28 Juin 2024 : Examen final**

L'évaluation finale se déroule sous la forme d'un travail de groupe : 5 groupes de 4 personnes qui présentent une pathologie dans l'ensemble de la promo :

- **Épidémiologie/physiopatho**
- **Diagnostic différentiel**
- **Diagnostic inclusion/exclusion**
- **Traitement (chaque stagiaire du groupe montre une technique de traitement)**

**Lieu** Ibis styles aéroport Lille Lesquin- 14h00 – 18H00

### **Samedi 29 juin 2024 : Tests cliniques adaptés aux sportifs**



Cette journée permet de développer votre raisonnement clinique, vos compétences pratiques, et vous donne les outils nécessaires pour optimiser la prise en charge d'accompagnement de tous les sportifs. Christophe Broy passera en revue les tests cliniques du pied, de la cheville, du genou, de la hanche, et du membre supérieur spécifiques aux pathologies sportives.

**Lieu : Ibis styles aéroport Lille Lesquin- 09H00-17h00**

### **Sport, Femme et périnée : 7H Dates à définir en cours d'année**



- Sport féminin et physiopathologie de la sphère périnéale (incontinence urinaire, troubles de la statique pelvienne ou encore névralgie pudendale)
- Rôles du kiné : Information / prévention / dépistage et surtout d'orientation thérapeutique

**Lieu : Ibis styles aéroport Lille Lesquin  
09H00-17h30**

### **Strapping et Tape du sport : 14H Dates à définir en cours d'année.**



- Origines de la technique
- Les propriétés et effets du tape
- Les différentes utilisations de la méthode
- Techniques musculaires et ligamentaires – articulaires, circulatoire & neurales pour le Rachis lombaire/ cervical / cage thoracique / Membres supérieurs
- Traitements spécifiques : Trigger points – Lumbago –Tendinites – Oedèmes & Hématomes pour le Rachis lombaire/ cervical / cage thoracique / Membres supérieurs
- Techniques musculaires et ligamentaires – articulaires, circulatoire & neurales / : Trigger points – Lumbago –Tendinites – Oedèmes & Hématomes pour le quadrant inférieur
- Échanges sur les cas cliniques

**Lieu : 2 jours à définir dans l'année en fonction de la présence de France DELAFOSSE**

**Formateurs de terrain :**



**Sophie Piquet:** Masseuse kinésithérapeute libérale spécialisée en rééducation périnéale en région parisienne



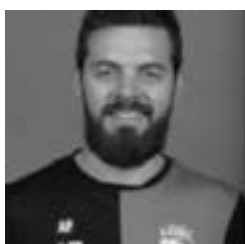
**Massamba M'baye :** Masseur kinésithérapeute, préparateur physique spécialisé en réadaptation du sportif blessé près de Aix les bains.



**Guillaume RAYNAL :** Masseur kinésithérapeute spécialisé dans les troubles musculo squelettique en région parisienne, Master 2 Ingénierie de la Santé UPJV D'Amiens.



**Pierre-Yves BOUHANA :** Masseur kinésithérapeute D.E, spécialisé en thérapie manuelle orthopédique et kiné du sport. Pierre Yves est certifié à la méthode Mc Kenzie et enseignant en formation continue et pour Mc Kenzie France. Il est également membre d'OMT France



**Aurélien PASSERI:** Masseur kinésithérapeute au centre de formation du LOSC de 2013 à 2019, co-fondateur de kiné Lille formation et Master 2 Ingénierie de la santé UPJV d'Amiens





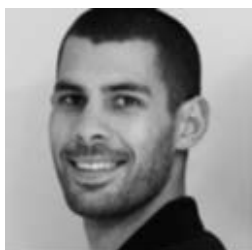
**France DELAFOSSE** : Masseur kinésithérapeute, ostéopathe D.O de l'équipe professionnelle du LOSC



**Christophe BROY** : Masseur kinésithérapeute du sport, thérapeute manuel spécialisé dans les troubles musculo squelettiques en Moselle, et formateur national en trigger points manuel et dry needling.



**Alexandre Guedj** : Masseur Kinésithérapeute D.E, ostéopathe D.O



**Aurélien AUCLAIR** : masseur kinésithérapeute et Thérapeute Manuelle spécialisé en prise en charge de l'épaule du sportif à Aix les Bains.



**Stéphane Désormeaux** : Kinésithérapeute libéral, Stéphane a toujours travaillé dans des cabinets à vocation sportive tut en suivant des équipes sportives ( LMRCV LOSC féminines)

\* Le programme est susceptible d'évoluer au cours de l'année 2023-2024 en fonction du cahier des charges de la charte de l'ordre des kinésithérapeutes