

PATHOLOGIES EN ESCALADE

Bilan et rééducation

PROGRAMME

2 jours - 16h - Julien REMILLIEUX

Jour 1

8h30-9h	Introduction et inventaire des problèmes rencontrés par les participants
9h-10h30	Pathologies musculaires et tendineuses de la main et des doigts
10h30-10h45	Pause
10h45-11h20	Pathologies ligamentaires et articulaires de la main et des doigts
11h20-12h30	Atelier pratique de l'examen cliniques des doigts
12h30-13h45	Repas
13h45-15h30	Atelier pratique de tests en charge et de protocoles de remise en charge pour les pathologies de l'extrémité du membre supérieur
15h30-16h10	Protocoles pratiques en cas de raideur ou d'hyperlaxité des doigts
16h10-16h25	Pause
16h25-17h	Pathologies du poignet, points importants du bilan et exercices pratiques
17h-17h50	Pathologies du coude, points importants du bilan et exercices pratiques
17h50-18h	Conclusion de la première journée et réponses aux questions

PATHOLOGIES EN ESCALADE

Bilan et rééducation

PROGRAMME

2 jours - 16h - Julien REMILLIEUX

Jour 2

8h-8h50	L'instabilité postérieure d'épaule, tests et exercices pratiques
8h50-10h	Rachis du grimpeur, tests et exercices pratiques
10h-10h15	Pause
10h15-11h15	Pathologies du complexe pied - cheville - genou, de la théorie à la pratique
11h15-12h15	Anamnèse et points clés du bilan clinique d'un grimpeur
12h15-13h30	Repas
13h30-14h45	Les dix techniques indispensables de taping et strapping
14h45-15h15	Management et mise en place de la prise en charge
15h15-15h45	Retour au sport et prévention
15h45-16h	Pause
16h-17h	Cas cliniques
17h-17h15	Top 10 des exercices pour les grimpeurs
17h15-17h30	Take home message et conclusion de la formation

PATHOLOGIES EN ESCALADE

Bilan et rééducation

PROGRAMME

Public visé

- Masseur kinésithérapeute DE

Pré-requis

- Avoir un diplôme de Masseur kinésithérapeute DE ou équivalent

Objectifs

- Connaitre les blessures liées à l'escalade et leur traitement
- Être capable de transposer les connaissances acquises à d'autres sports
- Connaitre les contraintes spécifiques liées aux différents mouvements en escalade
- Pouvoir réaliser un bilan adapté à un grimpeur
- Savoir réaliser les strapp' et tape adaptés aux pathologies courantes en escalade
- Maîtriser les facteurs de progression de reprise du sport

Moyens pédagogiques techniques et d'encadrement

La formation se déroulera en présentiel. Elle alternera des séquences théoriques sous forme de power-point et des séquences pratiques en binôme sous supervision du formateur. Un support de cours sera remis aux participants avant le début de la formation.

Suivi de l'exécution de l'ation

- Signatures des feuilles d'émargement par demie-journées pour les 2 jours par les stagiaires et le formateur
- Evaluation des acquis en fin de formation
- Attestation individuelle de formation

PATHOLOGIES EN ESCALADE

Bilan et rééducation

PROGRAMME

Appréciation des résultats de l'action

Chaque participant remplira à la fin de la formation un questionnaire de satisfaction et les acquisitions des connaissances seront évaluées et les résultats transmis aux participants.

Modalités d'évaluation

- En début de formation, la remise au participants d'un pré-questionnaire servira d'évaluation des compétences. Une analyse des besoins de chaque participant sera effectuée en début de session.
- Au cours de la formation, quizz, cas pratiques en binôme supervisés par le formateur
- En fin de journée, un post-test afin de voir les acquisitions voire les problèmes restants des participants ainsi qu'un questionnaire de satisfaction

Modalités de la formation

- Durée - 2 jours - 16h - Présentiel - dans une salle de réunion avec 1 table de massage pour 2 stagiaires + matériel de vidéo-projection + matériel nécessaire à la formation
- 18 stagiaires maximum
- Adaptation possible aux personnes à situation de handicap si contact en amont de la formation
- Date : selon calendrier indiqué sur le site internet
- Délais d'accès : jusqu'à 2 jours avant la formation sous réserve de place disponible
- Tarif : 540€ - Eligibilité FIF PL en attente

Formateur

- Julien REMILLIEUX
- Intervenant en formation continue et en IFMK
- Activité libérale depuis 2015

Version du 12/09/2024