Diagnostic et traitement des douleurs inhérentes aux blessures du coureur (A. LALLIER)

Objectifs

Effectuer un diagnostic différentiel des principales pathologies liée à la course à pied et mettre en place un plan de traitement basé sur les preuves

Formateur.trice

Antoine LALLIER

Masseur Kinésithérapeute

Note

Lors de la dernière session, le taux de satisfaction du groupe s'élevait à :

8.5/10

Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 295€

DPC - Reste à charge : 0€

FIFPL - Reste à charge : 0€

Organisation

Construction du groupe :
18 personnes

Le 19 juin 2027 - Mulhouse

7h / 1 jour

Public et Prérequis

Formation ouverte aux masseurskinésithérapeutes (D.E. ou A.E.)

Contenu

La course à pied est une activité physique extrêmement populaire en France puisqu'elle est le sport préféré de 19% des Français selon la FFA en 2014 et donc d'un patient sur cinq. Les pathologies liées à la course à pied sont souvent spécifiques et demandent un traitement et une éducation adapté.

Cette formation a pour but de vous donner les clés nécessaires afin d'effectuer un diagnostic précis, et pouvoir mettre en place un plan de traitement adapté basé sur les dernières recherches scientifiques.

Cette formation vous permettra également d'acquérir des connaissances sur les chaussures afin de pouvoir conseiller de façon optimale les patients, ainsi que répondre à leurs nombreuses interrogations.

Moyens pédagogiques et pratiques

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Alternance des séquences théoriques (Supports Polycopiés fournis aux stagiaires et projection d'un diaporama) puis des séquences pratiques en binômes sous surveillance et supervision du formateur.
- Merci de vous munir d'une tenue confortable afin d'effectuer l'ensemble de la partie pratique de la formation et d'une serviette de bain.

Modalités de suivi de l'exécution du programme et d'évaluation

- Feuilles d'émargement (par ½ journées) : signature des participants et contre-signature du formateur.
- Évaluation des apports de la formation :
  - Pré et Post-test
  - Quizz – questionnaires
  - Correction des gestes techniques au décours de la pratique
  - Échanges autour des cas emblématiques
- Questionnaire de satisfaction de fin de formation

Accès aux personnes handicapées

Attestation d'accessibilité recevant du public (ERP 5ème catégorie).

Programme détaillé de la formation

Jour 1	Contenus	Pédagogie	
09h00 09h30	**Accueil des stagiaires** **Présentation de la formation et des participants**	**ÉCHANGES**	Remise de support pédagogique – Tour de table – questions sur les attentes des stagiaires
09h30 10h30	**Introduction historique** **Épidémiologie des blessures en course à pied** **La chaussure, anatomie et liens avec les blessures et la performance**	**THEORIQUE**	Projection du diaporama
	Pause		
10h45 12h30	**Les douleurs liées aux pathologies de la Hanche du Coureur** Diagnostic différentiel, tests spécifiques, élaboration d'un plan de traitement	**DÉMONSTRATIVE** **MÉTHODE ACTIVE**	Démonstration du formateur puis application pratique en binôme sous supervision et surveillance du formateur
	Repas		
13h30 15h30	**Les douleurs liées aux pathologies du Genou du Coureur** Diagnostic différentiel, tests spécifiques, élaboration d'un plan de traitement	**DÉMONSTRATIVE** **MÉTHODE ACTIVE**	Démonstration du formateur puis application pratique en binôme sous supervision et surveillance du formateur
	Repas		
15h45 16h30	**Les douleurs liées aux pathologies de la Cheville et du Pied du Coureur** Diagnostic différentiel, tests spécifiques, élaboration d'un plan de traitement	**DÉMONSTRATIVE** **MÉTHODE ACTIVE**	Démonstration du formateur puis application pratique en binôme sous supervision et surveillance du formateur
16h30 17h00	**Evaluation de fin de formation et de l'Objectif Opérationnel** **Questionnaire oral et écrit de satisfaction et de connaissances**	**ÉCHANGES**	Questions-réponses Participation active des stagiaires