



PROGRAMME DE FORMATION

TECHNIQUES DE STRAPPING

FORMATEURS

- Nicolas BENDAÏD, Kinésithérapeute
- Julien RICARRÈRE, Kinésithérapeute

PUBLIC

- Ouvert aux professionnels exerçant en milieu sportif : Préparateurs physiques, Médecins, Kinésithérapeutes, Infirmiers, Soigneurs en club, Acteurs de terrain voulant maîtriser le strapping.
- Ouvert aux étudiants en milieu sportif

PRÉ-REQUIS

Notions de base en bio-mécanique, anatomie et physio-pathologie du sport. L'aspect pathologie du sportif étant abordé lors de la formation, il est conseillé au stagiaire d'avoir des connaissances en traumatologie.

ÉVALUATION

L'évaluation des stagiaires se fera tout au long de la formation par le biais de QCM et d'évaluations pratiques.

Une attestation de fin de formation sera remise après validation de la dernière évaluation.

Une évaluation à chaud et une évaluation à froid de la formation par les stagiaires seront demandées en fin de formation.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Tables de massage
- Bandes de strapping et de physiotaping
- Support de formation et vidéos des contentions.

TARIF* & PLACES

- 380€
- 8 places (min 3)

PRINCIPE

La formation a pour but de fournir aux professionnels qui interviennent en milieu sportif la méthodologie et les connaissances nécessaires à la mise en place de contentions efficaces et adaptées. Les intervenants partageront avec vous leurs expériences de praticiens de terrain au sein de clubs de haut-niveau. La pratique aura une place centrale.

Chaque articulation sera abordée afin que les stagiaires aient une vue d'ensemble, la plus exhaustive possible, de la pose de contention en milieu sportif, ou au sein de leur cabinet. Il sera également traité des principes théoriques et l'utilisation pratique des bandes de physiotaping. Ainsi seront abordées au cours de la formation les articulations suivantes : acromio-claviculaire, gléno-humérale, coude, colonne du pouce, genou, cheville.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les **principales contentions** qui seront amenées à être rencontrées
- Maîtriser les clés permettant la parfaite compréhension du **strapping**
- Être capable de répondre de manière optimale à **toutes demandes de strapping**:
 - Luxation acromio-claviculaire,
 - Instabilité gléno-humérale,
 - Entorse du ligament collatéral ulnaire ou radial,
 - Entorse de la colonne du pouce,
 - Entorse du LLI du genou,
 - Entorse du LLE de la cheville, et de la talo-crurale,
 - Lésions musculaires (adducteurs, ischio-jambiers, quadriceps)
- Connaître les principes théoriques et savoir utiliser le **physiotaping**.

DÉROULEMENT

1 journée de formation en **présentiel**: 8H de cours collectifs de 9H00 à 13H00 puis de 14H00 à 18H00 :

- Présentation des bases théoriques en lien avec l'utilisation des contentions,
- Rappels anatomiques, et physio-pathologiques permettant de comprendre la pose de contention,
- Mise en place pratique: Prise en compte chez le sportif de l'articulation lésée, et mise en place de contentions souples adaptées,
- Principes théoriques et utilisation pratique des bandes de physiotaping.

La formation se déroule en salle. Elle alterne exposés théoriques, démonstrations et mises en situations concrètes.

*La formation peut être prise en charge par les organismes professionnels d'aide à la formation. Il faut pour en connaître les modalités vous rapprocher de l'organisme auquel vous êtes rattaché(e).