

DÉTAIL DU PROGRAMME EN PRÉSENTIEL
THÉRAPIE MANUELLE MUSCULOSQUELETTIQUE DES TISSUS MOUS
MODULE 3 LE TRONC ET LA COLONNE

**IMPORTANT LES DATES ET DESCRIPTIFS DE LA FORMATION SE RETROUVERONT AUSSI SUR
LA PLATEFORME DÉDIÉE AU PRÉSENTIEL**

irfor-presentiel.fr

PLAN DU COURS JOURNÉE UNE INTERVENANTS : LEFEBVRE E – VALAT M.

JOURNÉE UNE – MATINÉE – DÉBUT 09H00 FIN 12H30 – DURÉE 3H30

LE TRONC – LA COLONNE

LE BASSIN

DÉBUT 09H00 FIN 10H00 – DURÉE 1H00

VALAT M.

LE BASSIN PROTOCOLE DE TRAITEMENT

MOUVEMENT LIGAMENTAIRE AUNISIEN

SCHÉMA RÉCAPITULATIF DES 22 MOUVEMENTS AUNISIENS PELVIENS

LE TEST DU DOWNING

TEST D'ALLONGEMENT DU MEMBRE INFÉRIEUR

BIOMÉCANIQUE DE LA MANOEUVRE

TEST DE RACCOURCISSEMENT DU MEMBRE INFÉRIEUR

BIOMÉCANIQUE DE LA MANOEUVRE

RÉSULTATS DU TEST DE DOWNING

TABLEAU DU DOWNING

TECHNIQUES ILIAQUE

DÉBUT 10H00 FIN 11H00 – DURÉE 1H00

LEFEBVRE E.

ROULEMENT DE L'ILIAQUE ANTÉRIEUR

REPOSITIONNEMENT ILIAQUE ANTÉRIEUR

L'ILIAQUE ANTÉRIEUR À LA SANGLE

ROULEMENT DE L'ILIAQUE POSTÉRIEUR

REPOSITIONNEMENT ILIAQUE POSTÉRIEUR

PERCUSSION DE L'ILIAQUE POSTÉRIEUR

NORMALISATION DE L'ILIAQUE EN DÉCOAPTATION

TECHNIQUE SACRUM

DÉBUT 11H00 FIN 11H30 – DURÉE 0H30

VALAT M.

SACRUM ANTÉRIEUR

SACRUM POSTÉRIEUR

TECHNIQUES PSOAS

DÉBUT 11H30 FIN 12H00 – DURÉE 0H30

LEFEBVRE E.

LE PSOAS

DÉTENTE DU PSOAS

ÉTIREMENT PASSIF DU PSOAS

PÉTRISSAGE PROFOND DU PSOAS

LIBÉRATION DU PSOAS

DOULEURS SACRO-LOMBAIRES AUTO-POSTURE

TECHNIQUES COCCYX

DÉBUT 12H00 FIN 12H30 – DURÉE 0H30

VALAT. M

LE RELEVEUR DE L'ANUS ET LE COCCYX

"LA DOULEUR DE L'ARRIÈRE..."

TRAITEMENT DE LA PROCTALGIE CHRONIQUE

TECHNIQUE EXTERNE SUR LE COCCYX

JOURNÉE UNE – APRÈS-MIDI – DÉBUT 14H00 FIN 17H30 – DURÉE 3H30

LES LOMBAIRES

DÉBUT 14H00 FIN 15H00 – DURÉE 1H00

LEFEBVRE E.

TEST DE LIBERTÉ LOMBAIRE

CHOC ÉLONGATOIRE L5/S1

LIBÉRATION SACRO-LOMBAIRE PAR LES MEMBRES INFÉRIEURS

LIBÉRATION SACRO-LOMBAIRE PAR LES MEMBRES SUPÉRIEURS

DÉBUT 15H00 FIN 16H00 – DURÉE 1H00

VALAT. M

LIBÉRATION D'UNE DOUBLE FLEXION LOMBAIRE

LIBÉRATION D'UNE DOUBLE EXTENSION LOMBAIRE

NORMALISATION DE L5 GLISSEMENT GLOBAL EN ANTÉRIORITÉ

NORMALISATION DE LA LÉSION DE DOUBLE EXTENSION DE L

NORMALISATION DE LA LÉSION DE DOUBLE FLEXION DE L5

DÉBUT 16H00 FIN 17H30 – DURÉE 1H30

LEFEBVRE E.

CORRECTION D'UNE LOMBAIRE SUR DISCOPATHIE DÉGÉNÉRATIVE
CORRECTION D'UNE LOMBAIRE SUR DISCOPATHIE DÉGÉNÉRATIVE
CORRECTION D'UNE LOMBAIRE SUR HERNIE DISCALE
CORRECTION D'UNE LOMBAIRE EN FLR SUR HERNIE
CORRECTION D'UNE LOMBAIRE EN ERL, SUR HERNIE DISCALE

PLAN DU COURS JOURNÉE DEUX INTERVENANT : LEFEBVRE E. – VALAT M.

JOURNÉE DEUX – MATINÉE – DÉBUT 09H00 FIN 12H30 – DURÉE 3H30

LES LOMBAIRES (FIN)

DÉBUT 09H00 FIN 10H00 – DURÉE 1H00

VALAT. M

DÉTENTE DU DOS
DÉBLOCAGE DES MASSES SACRO-LOMBAIRES
CORRECTION DES ROTATIONS LOMBAIRES
VARIANTE DES CORRECTIONS LOMBAIRES
REPLACEMENT LOMBAIRE SECTORIEL
ÉTIREMENT LOMBAIRE GLOBAL
ÉTIREMENT LOMBAIRE LATÉRAL
LE CARRÉ DES LOMBES
DÉTENTE DU CARRE DES LOMBES
ÉTIREMENT DU CARRE DES LOMBES

LES THORACIQUES

DÉBUT 10H00 FIN 12H30 – DURÉE 2H30

TECHNIQUES MUSCULAIRES THORACIQUES

DÉBUT 10H00 FIN 11H30 – DURÉE 1H30

LEFEBVRE E.

TRAITEMENT DES DORSALGIES
MUSCULATURE THORACIQUE VERTÉBRALE ET PARAVERTÉBRALE
LES MUSCLES DU DOS
RELÂCHEMENT DORSAL GLOBAL
PÉTRISSAGE DORSAL
RESTAURATION DE LA MOBILITÉ VERTÉBRALE
REPÉRAGE VERTÉBRAL THORACIQUE

LA PREMIÈRE THORACIQUE

DÉBUT 11H30 FIN 12H30 - DURÉE 1H00

VALAT. M

LE GARDE À VOUS DE T1
CORRECTIONS THORACIQUES ISOLÉES
PREMIÈRE THORACIQUE FRAPPÉE

JOURNÉE DEUX - APRÈS-MIDI - DÉBUT 14H00 FIN 17H30 - DURÉE 3H30

LES CÔTES

TECHNIQUES MUSCULAIRES

DÉBUT 14H00 FIN 15H00 - DURÉE 1H00

LEFEBVRE E.

LES CÔTES ANATOMIE
DÉTENTE INTERCOSTALE
LE DENTELÉ POSTÉRO-SUPÉRIEUR
LE DENTELÉ ANTÉRIEUR
LE DENTELÉ POSTÉRO-INFÉRIEUR
ÉVALUATION DU DENTELÉ ANTÉRIEUR
ÉTIREMENT DU DENTELÉ POSTÉRO-INFÉRIEUR
DÉTENTE DU DENTELÉ ANTÉRIEUR ET DU POSTÉRO-SUPÉRIEUR

TRAITEMENT COSTAL

DÉBUT 15H00 FIN 15H30 - DURÉE 0H30

VALAT. M

LES LÉSIONS COSTALES
LÉSIONS COSTALES EN DUO

LÉSIONS STERNALES

DÉBUT 15H30 FIN 16H00 - DURÉE 0H30

LEFEBVRE E.

LÉSIONS CHONDRO-COSTALE ET CHONDRO STERNALE
NORMALISATION DE LA 1ÈRE CÔTE EN EXPIRATION

COTES FLOTTANTES

DÉBUT 16H00 FIN 16H30 - DURÉE 0H30

VALAT. M

CORRECTION D'UNE COTE FLOTTANTE EN INSPIRATION
CORRECTION D'UNE CÔTE FLOTTANTE EN EXPIRATION

LA CLAVICULE

DÉBUT 16H30 FIN 17H00 – DURÉE 0H30

RÉALIGNEMENT CLAVICULAIRE SUS-STERNALE

RÉALIGNEMENT CLAVICULAIRE PRÉ-STERNALE

RÉALIGNEMENT CLAVICULAIRE POSTÉRIEUR

LEFEBVRE E.

TRAITEMENT CERVICAL

DÉBUT 17H00 FIN 17H30 – DURÉE 0H30

LES SCALÈNES

TESTS DES SCALÈNES

RELÂCHEMENT DES SCALÈNES

RELÂCHEMENT DES SCALÈNES

TRAITEMENT GÉNÉRAL CERVICAL

CORRECTION CERVICALE GLOBALE

VALAT. M

CONCLUSION