

Concepts actuels dans la prise en charge de l'épaule du sportif

Lenny Macrina MsPT, SCS, CSCS

Programme

Jour 1 :

8 :00 *Accueil*

8 :30 Anatomie/Biomécanique

9 :45 Introduction à l'examen clinique

10 :15-10 :30 *Pause*

10 :30 Pratique : examen clinique et techniques manuelles pour améliorer la mobilité de l'épaule

12 :15 -12 :30 Questions/Discussion

12 :30-13 :30 *Déjeuner*

13 :30 Rééducation de l'athlète dans les sports de lancer

14 :30 Rééducation des conflits de l'épaule non-opérée

15 :15-15 :30 *Pause*

15 :30 Rééducation après chirurgie de la coiffe des rotateurs

16 :15 Rééducation après chirurgie d'une lésion de type SLAP

17 :00 Capsulite rétractile

17 :45-18 :15 Questions/Discussion, revue, étude de cas

Jour 2 :

8 :00 *Accueil*

8 :15 Scapula : Evaluation et traitement

9 :00 Rééducation de l'athlète dans les sports de lancer

10 :00-10 :15 *Pause*

10 :15 Rééducation après chirurgie stabilisatrice de l'épaule

11 :00 Franchir un cap : focus sur les principes l'entraînement avancés de l'épaule

12 :00-13 :00 *Déjeuner*

13 :00 Pratique : améliorer la stabilité dynamique et renforcement de l'épaule

14 :30 Rééducation après une chirurgie sur une lésion de type SLAP

15 :30- 15 :45 *Pause*

15 :45 Capsulite rétractile

16 :45-17 :00 Discussion ouverte sur des cas cliniques, Questions/Réponses