

# Rééducation du ligament croisé antérieur

Enda King, Pt, Msc, CSCS, PhD cdt

## *Programme*

**Titre de la formation : « Rééducation du ligament croisé antérieur »**

**Intervenant :** Enda King

**Public concerné, particularités et copyright**

La formation s'adresse aux kinésithérapeutes diplômés d'état ou tout autre professionnel de santé ainsi qu'aux préparateurs physiques et entraîneurs sportifs.

La formation sera effectuée en français ou lorsque l'intervenant est étranger, sera traduite simultanément en français.

La formation et l'ensemble des documents relatif à la formation sont soumis à copyright et ne peuvent être reproduits sans permission. L'utilisation de systèmes d'enregistrements audio et vidéo pendant la formation sera soumise à l'approbation de l'intervenant.

Le nombre maximum de participants est de 25 personnes (minimum de 15).

**Objectifs de la formation :**

Comprendre les mécanismes et facteurs de risque de lésion du ligament croisé antérieur, décider de la marche à suivre et de la reprise du sport en fonction du type de greffon. Améliorer sa pratique et ses connaissances sur les mécanismes de renforcement musculaire et de réathlétisation. Comprendre et intégrer les mécanismes linéaires et multidirectionnels.

**Moyen et support pédagogique :**

Présentation powerpoint, livret de prise de note, fourniture de publications scientifiques permettant d'aider à la compréhension du cours, outils vidéo, matériel de rééducation (tables d'exams, bandes élastiques, haltères, tape...) et de renforcement musculaire (cage à squat, ploy box etc...)

**Évaluation et certificat de la participation à la formation :**

Les participants seront invités à donner leur appréciation par écrit à la fin du cours. La formation n'est pas diplômante mais un certificat de participation sera délivré.

Physio Sport et Performance

EURL au capital de 800 euros

Siège social : 359 avenue de la République 40600 Biscarrosse

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75400130640 auprès du préfet de région NOUVELLE-AQUITAINE

[www.physiosportetperformance.org](http://www.physiosportetperformance.org)

**Durée de la formation :** 14H00

***Déroulé de la formation :***

**Jour 1**

8.30 Accueil

9.00 Les challenges dans la rééducation du LCA

10.00 Mécanismes de blessures et facteurs de risque

11.00 Cicatrisation du greffon et prise de décision pour le reprise du sport

12.00 Repas

13.00 Contrôle inter segmentaire et développement de la force.

17.00 Fin de la journée.

**Jour 2**

9.00 Puissance et plyométrie

10.30 Mécaniques de course linéaire

12.00 Repas

13.30 Mécaniques multidirectionnelles

15.00 Réentraînement spécifique au sport

16.00 Fin du cours.

Physio Sport et Performance

EURL au capital de 800 euros

Siège social : 359 avenue de la République 40600 Biscarrosse

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 75400130640 auprès du préfet de région NOUVELLE-AQUITAINE

[www.physiosportetperformance.org](http://www.physiosportetperformance.org)