

# 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.

**Modalités de la formation :**

Durée : 2 jours-14 heures en présentiel.

Le nombre maximum de participants est de 25 personnes (minimum de 12).

Adaptation possible aux personnes en situation de handicap si contact en amont de la formation.

Tarifs : 546 euros

**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, plyo box etc...)

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

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)

Un questionnaire d'évaluation des connaissances pré-formation est envoyé aux participants en amont de la formation.

Un questionnaire d'évaluation des connaissances post-formation est envoyé aux participants suite 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.

**Durée de la formation : 14H00**

***Déroulé de la formation :***

**Jour 1**

8.30 Accueil

9.00 Les challenges dans la rééducation du LCA

Présentation théorique

10.00 Mécanismes de blessures et facteurs de risque

Présentation théorique

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

Présentation théorique

12.00 Repas

13.00 Contrôle inter segmentaire et développement de la force.

Présentation théorique et atelier pratique

17.00 Fin de la journée.

**Jour 2**

9.00 Puissance et plyométrie

Présentation théorique et atelier pratique

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)

10.30 Mécaniques de course linéaire

Présentation théorique et atelier pratique

12.00 Repas

13.30 Mécaniques multidirectionnelles

Présentation théorique et atelier pratique

15.00 Réentraînement spécifique au sport

Présentation théorique et atelier pratique

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)