

L'apprentissage par la pratique

Kiné-prosport



256 heures de formations
réparties en 12 séminaires

Vos formateurs :

BRUAT Nicolas - CASIN Yohann - FEREC Arnaud - GAUTHERON Fabien -
CAUSSE Frédéric - JANSON Fabien - FABRE Laurent - DUMELIE Xavier -
GERMAIN Alexandre - DEJOUR David - CHAMU Thomas - EYMARD Maxime -
CAILLAUD Kevin - GAN Josué - REISS Didier - MAUPETIT Vincent

Nos objectifs :

- Enseigner un écosystème thérapeutique par la pratique.
- Construire votre expertise par un transfert d'expérience et de savoir-faire.
- Poser un diagnostic différentiel via une approche holistique scientifique.
- Stimuler votre sens critique et votre capacité d'analyse.
- Augmenter votre catalogue d'exercices et de techniques manuelles et actives.
- Vous accompagner dans votre développement professionnel.

Prise en charge :
Éligible au FIFPL

6990€ TTC

www.k-lyf.com



2 jours (16h)

Formateur : FEREC ARNAUD

Jour 1

9h00/10h30

OBSERVATION ET ANALYSE DE MOUVEMENT

Pause 15min

10h45/12h30

1. Instabilité articulaire dynamique et leurs implications dans la construction d'un mouvement et de pathologies

Repas du midi

13h30/15h30

Methodologie d'observation

Pause 15min

15h45/18h00

Cas Clinique

Jour 2

9h00/10h30

MOTRICITÉ PRIMAIRE ET RÉÉDUCATION DU SPORTIF

Pause 15min

10h45/12h30

Intérêts de la motricité primaire pour le kinésithérapeute

Repas du midi

13h30/15h30

Construction de progression/ regression en fonction des pathologies sélectionnées depuis plusieurs mouvements

Pause

15h45/17h00

Autres mouvements fondamentaux

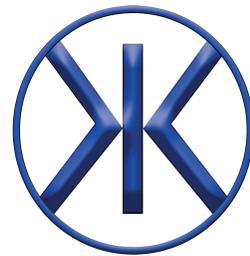
17h00/17h30

EVALUATION & DISCUSSION

Prise en charge :
Éligible au FIFPL

Tendinopathie

Séminaire 2



2 jours (16h)

Formateur : CASIN YOHANN

Jour 1

9h00/10h30

**INTRODUCTION: PRÉSENTATION
ET OBJECTIFS**

Pause 15min

10h45/12h30

Principes de la déprogrammation neuro-motrice
Anatomie du Tendon - Vascularisation

Repas du midi

13h30/15h30

Intérêt du travail ISOMETRIQUE

Pause 15min

15h45/18h00

Protocoles de remise en charge en détail

Jour 2

9h00/10h30

**La progressivité de la remise en
charge & l'optimal loading**

Pause 15min

10h45/12h30

Protocoles Excentrique (Stanish) & Heavy
Slow Resistance

Repas du midi

13h30/15h30

Réalisation d'exercices

Pause

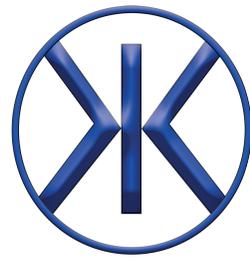
15h45/17h00

Cas cliniques

17h00/17h30

EVALUATION & DISCUSSION

Prise en charge :
Éligible au FIFPL



2 jours (16h)

Formateur : BRUAT NICOLAS

Jour 1

9h00/10h30

**INTRODUCTION: PRÉSENTATION
ET OBJECTIFS**

Pause 15min

10h45/12h30

Compréhension du modèle biomécanique. La tibia fibulaire supérieur et inférieure - la sous talienne - choppart.

Repas du midi

13h30/15h30

**Thérapie manuelle de la cheville :
les techniques manipulatives**

Pause 15min

15h45/18h00

PRATIQUE

approche pour optimiser la prise en charge

Jour 2

9h00/10h30

**Cas clinique pour intégrer
les notions abordés à J1**

Pause 15min

10h45/12h30

Les conflits de cheville : bases physiopathologiques

Repas du midi

13h30/15h30

**Instabilité Chronique de cheville :
modèle de Hertel réactualisé.**

Pause

15h45/17h00

Réathlétisation du sportif et notions fondamentales

17h00/17h30

EVALUATION & DISCUSSION

**Prise en charge :
Éligible au FIFPL**

Séminaire 4

2 jours (16h)

Formateur : EYMARD MAXIME
FABRE LAURENT

Jour 1

9h00/10h30

**RAISONNEMENT CLINIQUE :
APPLICATION A LA HANCHE**

Pause 15min

10h45/12h30

Développement d'un examen subjectif, Anamnèse
et drapeaux rouges

Repas du midi

13h30/15h30

**Développement d'un examen
physique**

Pause 15min

15h45/18h00

Mouvements actifs/ Mouvements passifs:
Analyse du contrôle moteur avec des
charges orientées en flexion/extension/
adduction/abduction/rotations/mouvements
combinés.

Jour 2

9h00/10h30

**LA DOULEUR EN NEUROSCIENCES :
Introduction**

Pause 15min

10h45/12h30

Modèle Biomédicale et BPS

Repas du midi

13h30/15h30

**Reconnaissance des mécanismes,
questionnaires et métamodèles**

Pause

15h45/17h00

Exemple de tests supplémentaires dans la
reconnaissance des mécanismes

17h00/17h30

EVALUATION & DISCUSSION

Prise en charge :
Éligible au FIFPL



3 jours (24h)

Formateur: CAUSSE FREDERIK

#Jour 1

9h00/10h30

PRÉSENTATION

Rappel anatomiques.

13h30/17h30

Thérapie manuelle

retour sur le le conflit sous acromial

Le développement des fins d'amplitudes articulaires actives :

Pause 15min

10h45/12h30

Le diagnostic différentiel
Le diagnostic cervical d'exclusion

#Jour 2

9h00/10h30

Prise en charge des tendinopathies de l'épaule

13h30/15h30

Traitement des disjonction acromion claviculaires

Pause 15min

10h45/12h30

Instabilité de l'épaule : la classification
Modèle théorique et mises en application pratique

Pause 15min

15h45/17h30

Cas cliniques et travaux dirigés

Evaluation des connaissances QCM
+ Discussions groupe

#Jour 3

9h00/10h30

Théorie sur le développement des
qualités athlétiques de base :

13h30/15h30

Développement d'une méthodologie
de calcul de la charge pour
programmer la rééducation

Pause 15min

10h45/12h30

Puissance, vitesse, profil force
vitesse, PAP, pliométrie. Le squat
et ses variantes. Le deadlift

Pause 15min

15h45/17h30

es bases du gainage et contraintes 3D

Prise en charge :
Éligible au FIFPL

Le genou du sportif

Séminaire 6

3 jours (24h)



Formateur: CHAMU THOMAS
Chirurgien LOVA



#Jour 1

9h00/10h30

PRÉSENTATION

Rappel anatomique – facteur de risque anatomique
Chirurgie du LCA et renfort antéro-latéral.

13h30/17h30

Biomécanique du membre inférieur

Pause 15min

10h45/12h30

Chirurgie d'une pente tibiale
Chirurgie méniscale

#Jour 2

9h00/10h30

Biomécanique du membre inférieur (suite)

13h30/15h30

ACLr via tendon patellaire / tendon quadricipital:

Pause 15min

10h45/12h30

Phase d'intensification: Programmation
Exercices pratiques.

Réathlétisation: Programmation
Exercices pratiques.

Pause 15min

15h45/17h30

Squat post ACLR.
Analyse de mouvement, correction.
Progression et régression en
rééducation.

#Jour 3

9h00/10h30

Testing Genoux

13h30/15h30

Base de réathlétisation

Pause 15min

10h45/12h30

Testing fonctionnel

Pause 15min

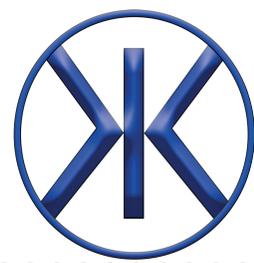
15h45/17h30

Résistance et vitesse

Prise en charge :
Éligible au FIFPL

Séminaire 7

3 jours (24h)



Formateur: JANSON FABIEN
DUMELIE Xavier



#Jour 1

9h00/10h30

PRÉSENTATION

Évaluation Diagnostique
Objectifs des prises en charge de la douleur.

13h30/17h30

Evaluation de la mobilité du bassin et techniques manuelles

Pause 15min

10h45/12h30

Formalisation d'hypothèses sur les restrictions et mise en perspective

#Jour 2

9h00/10h30

NEURODYNAMIQUE CONCEPT

13h30/15h30

Evaluation et Techniques manuelles

Pause 15min

10h45/12h30

Rappels des Points-clés de la biomécanique neurale

Pause 15min

15h45/17h30

Évaluation des paramètres analytiques et mise en charge

#Jour 3

9h30/10h30

définition du SFP, biomécanique de l'articulation FP

13h30/15h30

CAS CLINIQUE

Pause 15min

10h45/12h30

CAS CLINIQUES

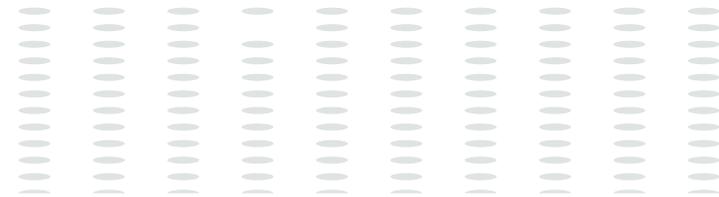
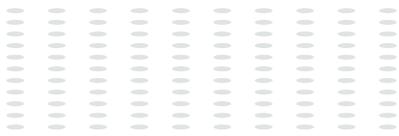
Diagnostic et prise en charge

Pause 15min

15h45/17h30

CAS CLINIQUE

Prise en charge :
Éligible au FIFPL



Séminaire 8



3 jours (24h)

Formateur: GERMAIN ALEXANDRE



#Jour 1

9h00/10h30

PRÉSENTATION

Évaluation Diagnostique
Objectifs des prises en charge de la douleur.

13h30/17h30

**Processus cicatriciel : phase inflammatoire intérêts phase à respecter..
Évaluation isocinétique**

Pause 15min

10h45/12h30

Classification lésionnelle

#Jour 2

9h00/10h30

Présentation de 4 cas cliniques

13h30/15h30

Réflexion individuelle et collective

Pause 15min

10h45/12h30

Présentation pratique des différents groupes

Pause 15min

15h45/17h30

**Présentation pratique des différents groupes avec matériel de cabinet
Evaluation des connaissances via un QCM + Discussions groupe**

#Jour 3

9h00/10h30

Les différentes étapes Stratégies et modélisation de la capacité d'entraînement

13h30/15h30

Exemple de planification sur la prise d'un LCA, d'une LMA

Pause 15min

10h45/12h30

REPRISE DES CAS CLINIQUES

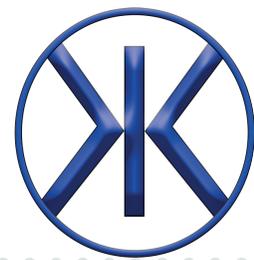
Pause 15min

15h45/17h30

Planification du travail de vitesse et de changement de direction

Prise en charge :
Éligible au FIFPL

Séminaire 9



3 jours (24h)

Formateur: GAN JOSUE
CASIN YOHANN



#Jour 1

9h00/10h30

PRÉSENTATION

Évaluation Diagnostique

Objectifs des prises en charge de la douleur.

13h30/17h30

Examen global objectif global du patient:

Test d'exclusion région thoracique et hanche / Mouvement globaux Lombar et analyse du mouvement / Reflexe / Myotome / Dermatome

Pause 15min

10h45/12h30

Examen subjectif du patient

#Jour 2

9h00/10h30

Examen objectif du patient : Vision myofasciale

13h30/15h30

Examen fonctionnel du patient: approche par le mouvement et le contrôle du mouvement (Peter O'Sullivan)

Pause 15min

10h45/12h30

Examen objectif du patient: mécano-sensitivité des nerfs périphériques

Pause 15min

15h45/17h30

Proposition de traitement

#Jour 3

9h00/10h30

**Correction questionnaire
Biomécanique et gainage**

13h30/15h30

Cas clinique

Pause 15min

10h45/12h30

Les principales stratégies compensatoires fréquentes

Pause 15min

15h45/17h30

Cas clinique

Prise en charge :
Éligible au FIFPL



3 jours (24h)

Formateur: **GAUTHERON FABIEN**
: **BRUAT Nicolas**

#Jour 1

9h00/10h30

PRÉSENTATION

Rééducation du coureur à pied

13h30/17h30

La chaussure de course à pied

Cas pratique
Cas clinique

Pause 15min

10h45/12h30

Cas clinique 1:

#Jour 2

9h00/10h30

**Le tissu conjonctif au service
de la rééducation**

13h30/15h30

Les crochets

Pause 15min

10h45/12h30

Gua sha

Pause 15min

15h45/17h30

les ventouses

#Jour 3

9h30/10h30

La région thoracique

13h30/15h30

La névralgie cervico-brachiale

Pause 15min

10h45/12h30

**Examen clinique et
diagnostic différentiel**

Pause 15min

15h45/17h30

**Manipulations et mobilisations articulaires
spécifiques costales**

Prise en charge :
Éligible au FIFPL

Séminaire 11

3 jours (24h)



Formateur: **JANSON FABIEN**

#Jour 1

9h00/10h30

PRÉSENTATION

Évaluation Diagnostique
Correction QCM e-learning

13h30/17h30

**Evaluation de la fonction musculaires des muscles clés :
moyen fessier, pelvi trochantériens, spinaux, iliocostal**

Pause 15min

10h45/12h30

Changement de direction et pubalgie

#Jour 2

9h00/10h30

Intégration de l'examen clinique par la Démonstration
de l'examen sur un participant

13h30/15h30

Gain de mobilité articulaire active hanche et thorax

Pause 15min

10h45/12h30

Exercices en Progression pour l'activation et le renforcement des adducteurs

Pause 15min

15h45/17h30

Contruction d'exercices pour la décélération et l'amorti et intégration vers les CDD

#Jour 3

9h30/10h30

Le processus de raisonnement clinique

13h30/15h30

Résolution de cas clinique et démarche EBP

Pause 15min

10h45/12h30

REPRISE DES CAS CLINIQUES
démarche EBP

Pause 15min

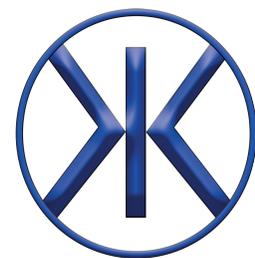
15h45/17h30

Discussion et tour de tables

**Prise en charge :
Éligible au FIFPL**

Séminaire 12

3 jours (24h)



Formateur: **CAILLAUD Kevin**
REISS Didier

#Jour 1

9h00/10h30

PRÉSENTATION: BASES DE LA NUTRITION DU SPORT ET DE L'EXERCICE

13h30/15h30

NUTRITION, BLESSURE ET VIEILLISSEMENT

Pause 15min

10h45/12h30

PERIODISATION & SUPPLEMENTATION NUTRITIONNELLE

#Jour 2

9h00/10h30

La place de la réathlétisation: De la rééducation au retour à l'entraînement

13h30/15h30

La réathlétisation Cardio-Respiratoire

Pause 15min

10h45/12h30

Les 3 piliers de la réathlétisation:

Pause 15min

15h45/17h30

Méthodologies de développement en fonction des phases et des cibles.

#Jour 3

9h30/10h30

Les sports de vitesse linéaire: Physiologie, Particularités et besoins

13h30/15h30

Réathlétisation des changements de direction

Pause 15min

10h45/12h30

Mise en place d'un échauffement avec pré-échauffement (activation)

Pause 15min

15h45/17h30

Cas Cliniques

Prise en charge :
Éligible au FIFPL

Vos Compétences à l'issue de la formation:

- **Intégrer une stratégie d'examen de la capacité motrice du patient**
- **Développer des connaissances anatomiques et biomécaniques sur les mouvements de squat et fentes.**
- **Mettre en place un Arbre décisionnel pour affiner le diagnostic et la prise en charge globale**
- **Approche transversale et globale de la prise en charge de pathologie mécanique**
-
- **Intégrer un panel d'exercices de motricité primaires pour la kinésithérapie active**
- **Améliorer son regard sur les positions et les mouvements de son patient**

Chartre covid-19

Ensemble luttons contre la propagation du virus en respectant les gestes barrières et les consignes d'hygiène.