

3 jours – 21 heures

Présentiel

Pratique deux à deux supervisée

Jour I

- 9h00 – 12h00**
- **Prise de conscience des torsions dans les membres inférieurs** (pratique puis théorie) : torsion du fémur ; torsion du squelette jambier ; torsion dans le genou.
 - Repères permettant d'apprécier les désaxations du genou ; terrains prédisposant aux désaxations du genou.

12h00 – 14h00 : pause repas

- 14h00 – 18h00**
- **Excès d'activité dans les chaînes** : antéro-latérales ; postéro-latérales ; postéro-médianes ; antéro-postérieures et postéro-antérieures.
 - **Compétition** : entre AL et PL ; entre AM et PL.

Jour II

- 9h00 – 12h00**
- **Examen clinique détaillé** : testing de la mobilité coxo-fémorale.
 - **Testing des tensions dans les chaînes** : antéro-latérales ; postéro-latérales ; antéro-médianes ; postéro-médianes.

12h00 – 14h00 : pause repas

- 14h00 – 18h00**
- **Testing de la mobilité du tibia, de la fibula et du pied** : testing de la mobilité du pied en prono-supination ; testing de la liberté rotatoire du tibia en flexion ; testing de la liberté de la fibula.

Jour III

- 9h00 – 12h00**
- **Correction d'un récurvatum** : testing d'un récurvatum du tibia ; testing d'un récurvatum du fémur.

12h00 – 14h00 : pause repas

- 14h00 – 18h00**
- **Marquage sur le pied des différents acteurs, après repérage osseux** ; rappel de physiologie concernant le pied.
 - Travail synthétique du pied.
 - Accordages du membre inférieur.