

La Colonne Cervico-Thoracique et le Membre Supérieur

Mise en pratique 4

3 jours – 21 heures

Présentiel

Pratique deux à deux supervisée

Jour I

- 9h00 – 12h00**
- **Le triangle correspondant** : le triangle sommet PA que l'on aborde depuis le cou.
 - Notions préliminaires de physiologie de la colonne cervicale.

12h00 – 14h00 : pause repas

- 14h00 – 18h00**
- **Les typologies cervicales** (théorie et techniques de correction en pratique) : rigidité en rectitude PA-AP ; inversion de courbure AM ; tassement sous-occipital PM ; exagération de courbure par compétition PM-AM ; anté-projection du cou et de la tête AP-AL.

Jour II

- 9h00 – 12h00**
- **Les différents étages fonctionnels de la colonne cervico-thoracique** : le crâne et la mandibule ; la région sub-occipitale ; C3, vertèbre de transition.

12h00 – 14h00 : pause repas

- 14h00 – 18h00**
- **La colonne cervicale moyenne de C3 à C6.**

Jour III

- 9h00 – 12h00**
- **La charnière cervico-thoracique et la colonne cervico-thoracique jusqu'à T4** ; l'asymétrie au niveau cervical.
 - **Manœuvres de correction** : libération de la première côte ; correction de la colonne cervicale moyenne dans le plan frontal ; correction dans le plan des rotations ; isométrie des complexi ; isométrie des SCM ; isométrie en translation des sub-occipitaux (libération de C1).

12h00 – 14h00 : pause repas

- 14h00 – 18h00**
- **Déblocage de la charnière cervico-thoracique et la colonne cervico-thoracique jusqu'à T4.**
 - **Travail de la ceinture scapulaire et des aponévroses du membre supérieur** – le triangle correspondant : le triangle sommet AL que l'on aborde depuis la main ; notions préliminaires.
 - **Tests et techniques de correction** : testing de la prono-supination et correction ; testing de l'AL, la PM et l'AP au poignet et mises en tension ; désengagement sous-acromial ; testing et libération des possibilités rotatoires de l'humérus ; testing d'indépendance du membre supérieur par rapport à la colonne cervicale et au thorax ; technique de correction d'une sub-luxation de l'humérus.
 - Typologies scapulaires et terrains prédisposant à la péri-arthrite scapulo-humérale.

- Reprogrammation de la torsion dans le membre supérieur.
- Les accordages du membre supérieur.