

FORMATION PTJAB

Booster sa rééducation

Antoine Comte

Contenu

Présentation
Pré-requis
Objectifs
Modalités
Programme
Témoignage
CV formateurs



Présentation

Cette formation en présentiel vous permettra d'améliorer vos capacités à proposer des exercices pertinents à vos patients, et à améliorer leur adhérence à vos traitements ! Aujourd'hui, le traitement actif détient une place de choix dans notre pratique, alors viens Booster ta rééducation !

Nous l'avons construit pour qu'elle soit résolument transférable en pratique, et nous attachons une importance forte à immédiatement améliorer vos possibilités cliniques.

Nous vous proposons également un suivi post-formation, afin de répondre à vos questions, mais également pour vous aider à appliquer ce que vous aurez appris !

N'hésite pas,
rejoins-nous !

Pré-requis

Formation à destination des kinésithérapeutes
diplômés d'état

Objectifs



Comprendre l'intérêt de la mobilité, de la force et du contrôle moteur dans un programme d'exercices



Optimiser son guidage dans la réalisation d'exercices en rééducation



Concevoir des programmes adaptés à la rééducation des patients



Favoriser l'autonomie et l'adhérence des patients à leurs programmes d'exercices



Maîtriser les gestes clés des exercices de base sur lesquels s'appuyer pour construire ses programmes

Modalités pédagogiques

Les formateurs pourront utiliser plusieurs modalités pédagogiques en fonction des des compétences à transmettre :

cours magistraux, activités en petit groupe, résolutions de cas clinique, remue-méninges, entraînement à la pratique gestuelle, débats.

Modalités d'évaluation

Chaque apprenant sera évalué en amont et en aval de la formation, sur des compétences et connaissances clés identifiées par le formateur, à l'aide d'un Quizz.

Programme



Jour 1

08h30 : Accueil des participants

09h00 : Présentation de la formation, des formateurs et des participants

09H30 : Comprendre comment adapter la rééducation au patient

- Planification
- Gestion de la douleur
- Autonomisation

10h30 : Pause



10h45 : Comprendre comment adapter les exercices aux objectifs sportifs

- Mobilité
- Renforcement
- Contrôle moteur

12h30 : Repas



Programme



Jour 1

13h30 : Booster ses épaules

- Mobilité passive, active, endurance de force
- Contrôle moteur, poussée et tirage vertical, tempo et qualité technique

15h15 : Pause



15h30 : Booster ses épaules, renforcement complémentaire

- Coiffe des rotateur
- Exercices unilatéraux

16h30 : Création d'un WOOP avec des cas cliniques

17h00 : Fin du jour 1

Programme



Jour 2

08h30 : Accueil des participants

09h00 : Booster ses lombaires

- Mobilité passive, active, endurance de force
- Contrôle moteur, deadlift, tempo et qualité du mouvement

10h30 : Pause



10h45 : Booster ses lombaires, renforcement complémentaire

- Renforcement en hinge
- Poids du corps
- Exercices unilatéraux
- Charge externe

12h00 : Création d'un WOOP avec des cas cliniques

12h30 : Repas



Programme



Jour 2

09h00 : Booster ses hanches et ses genoux
-Mobilité passive, active, endurance de force
-Contrôle moteur, variation de squats bipodal, unipodal, avec ou sans charge

15h30: Pause 

15h45 : Booster ses hanches et ses genoux, renforcement complémentaire
-Exercices unilatéraux des quatre faces de la cuisse

16h30 : Création d'un WOOP avec des cas cliniques

17h00 : Fin de la formation

Le mot du formateur



“La littérature nous dit que la rééducation active fournit de bons résultats pour nos patients... Mais comment choisir son exercice ? Comment le prescrire ? Comment rendre nos patients athlétiques ?

Découvre toutes les réponses à ces questions dans ma formation !”

Témoignages

A venir...

COMTE ANTOINE

Kinésithérapeute du sport préparateur physique

Kinésithérapeute du sport travaillant dans le 11ème arrondissement. Mon cabinet est situé dans une salle de crossfit, ce qui associe mes deux centres d'intérêts : la santé et le sport



123 BD RICHARD LENOIR PARIS

ANTOINEC52A@GMAIL.COM

WWW.KINESPORTPARIS11.COM/

+33678836265



FORMATION

Master sports physiotherapy
Bath University, England
phase de recherche

*Séminaires en préparation physique
Athletic lab academy, Profilage force
vitesse, Frans Bosch, Périodisation,
ABD formation*

Certificat universitaire de
spécialisation en TMO
Université de liège, Belgique

Diplômé en 2016 IFMK ASSAS

CHAMPS D'EXPERTISE

Kinésithérapie du sport

Réathlétisation

Préparation physique

Optimisation de la performance

Prévention des blessures

INTERVENTION

Cabinet du sport K11
www.kinesportparis11.com/

Salle de crossfit :
<https://crossfitoriginaladdicts.com/>

Club rugby acbb federale 2
<http://www.acbb-rugby.fr/>

Organisme de formation et diffusion
d'informations :
<https://ptjab.fr/ressources/>

EXPERIENCE

2019 : CABINET DE KINÉSITHÉRAPIE DU SPORT K11

- Prise en charge de sportifs : sports collectifs/individuels, amateurs et professionnels
- Réathlétisation/optimisation de la performance, rééducation, prévention

2020 : ACBB RUGBY FEDERALE 3

- Préparation physique des groupes adultes et U18 (fédérale 2 / National)
- Réathlétisation des joueurs blessés jusqu'au retour terrain
- Kinésithérapie et soins lors des entraînements et des matchs



2021 : PARIS ACASA FUTSAL PREMIERE DIVISION

- Intervention et soin lors des entraînements et matchs
- Préparation physique des joueurs et réathlétisation des joueurs blessés



COMMUNICATION

- Création d'une émission de santé et de sport PTJAB (twitch et youtube) :
- Diffusion d'informations sur le sport et la santé sur les réseaux (organisme de formation en kinésithérapie du sport, compte professionnel du cabinet et compte personnel)
- Présentation en congrès : journées francophones de kinésithérapie 2023



20/07/1993 : 30 ans

**RETROUVE TOUTES NOS
AUTRES FORMATIONS SUR**

PT
WWW.  .FR

**Organisme de
formation
pédagogiquement
innovant**