

« Les Chaînes musculaires et articulaires G.D.S. »

12 jours de stage répartis en 4 stages de 3 jours - 84 heures de formation

Cycle II - Les stratégies de traitement

Stage 8 - Le bassin

- **Les triangles correspondants**
 - le triangle au sommet PL
 - le triangle au sommet AM
- **Les terrains prédisposant à la restructuration de la masse pelvienne**
- **Les schémas de déstructuration courant à partir de la masse pelvienne**
- **La place du bassin dans l'architecture corporelle**
- **La coxo-fémorale**
 - la rotation latérale de la coxo-fémorale dans la flexion
 - les pelvi-trochantériens ligaments actifs
- **Analyse du pencher en avant**
- **Les repères du bassin**
 - les EIPS en debout et en décubitus
 - le test de sollicitation des sacro-iliaques
 - les EIAS en debout et en décubitus
- **Peut-on parler de mobilité sacro-iliaque?**
 - le bassin statique et le bassin dynamique
 - les mouvements de la sacro-iliaque
- **Les ligaments de la sacro-iliaque**
 - le bassin statique et le bassin dynamique
- **L'équilibre pelvien dans le plan sagittal**
- **La physiologie du périnée - dépendante de la statique pelvienne**
- **Le muscle piriforme**
- **Les effets de la nutation sacro-iliaque**
- **Les effets de la contre-nutation sacro-iliaque**
- **Les pubalgies**
- **Le bassin asymétrique**
- **Examen clinique du bassin**
- **Protocole de restructuration pelvienne**
- **Les inégalités de longueur des membres inférieurs**

Stage 9 - Les membres inférieurs

- **La prise de conscience des torsions dans les membres inférieurs - pratique et théorie**
 - la torsion du fémur
 - la torsion du squelette jambier
 - la torsion du genou
- **Les repères permettant d'apprécier les désaxations du genou**
- **Les terrains prédisposant aux désaxations du genou**
 - l'excès d'activité dans les chaînes AL
 - l'excès d'activité dans les chaînes PL
 - les compétitions entre AL et PL
 - les compétitions entre AM et PL
 - l'excès d'activité dans les chaînes PM
 - l'excès d'activité dans les chaînes AP et PA
- **L'examen clinique détaillé**
 - **Testing de la mobilité coxo-fémorale**
 - testing des tensions dans les chaînes AL
 - testing des tensions dans les chaînes PL
 - testing des tensions dans les chaînes AM
 - testing des tensions dans les chaînes PM
 - **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
- **Correction d'un récurvatum**
 - testing d'un récurvatum du tibia
 - testing d'un récurvatum du fémur
- **Marquage sur le pied des différents acteurs, après repérage osseux**
- **Rappel de la physiologie concernant le pied**
- **Travail synthétique du pied**
- **Accordage du membre inférieur**

Stage 10 - Le tronc et la respiration

- **Les triangles correspondant - sommet PM**
- **La prise de conscience de sa propre colonne vertébrale - pratique et théorie**
- **Le repérage et marquage osseux et musculaire sur la colonne vertébrale**
- **Le massage restructurant du dos (G.D.S.)**
 - les manoeuvres superficielles PL-AL et PM
 - les manoeuvres profondes - accordage PA-PM
- **Les accordages à la face antérieure du tronc**

- **La respiration**
 - la respiration vertébrale
 - les terrains prédisposants au spondylolisthésis
- **Les tests permettant d'apprécier le mode respiratoire**
- **La pratique en fonction des cas cliniques**
 - la libération d'un thorax bloquée en inspiration
 - la libération d'un thorax à grand diamètre sagittal
 - la libération d'un thorax bloquée en expiration
 - les modelages thoraciques
- **La reprogrammation de la synergie du transverse de l'abdomen dans la respiration**

Stage 11 - La colonne cervico-thoracique et le membre supérieur

- **Le triangle correspondant - sommet PA**
- **Les notions préliminaires de physiologie de la colonne cervicale**
- **Les typologies cervicales - théorie et techniques de correction pratique**
 - la rigidité en rectitude PA-AP
 - l'inversion de courbure AM
 - le tassement sous-occipital PM
 - l'exagération de courbure par compétition PM-AM
 - l'anté-projection du cou et de la tête AP- AL
- **Les différents étages fonctionnels de la colonne cervico-thoracique**
 - le crâne et la mandibule
 - la région sub-occipitale
 - C3 la vertèbre de transition
 - la colonne cervicale moyenne de C3 à C6
 - la charnière cervico-thoracique et la colonne cervico-thoracique jusqu'à T4
- **L'asymétrie au niveau cervical**
- **Les manoeuvres de correction**
 - la libération de la 1ère côte
 - la correction de la colonne cervicale moyenne dans le plan frontal
 - la correction de la colonne cervicale moyenne dans le plan horizontal
 - isométrique des complexes
 - isométrique des SCM
 - isométrique en translation des sub-occipitaux - libération de C1
 - le déblocage de la charnière cervico-thoracique et la colonne cervico-thoracique jusqu'à T4
- **Le travail de la ceinture scapulaire et des aponévroses du membre supérieur**
- **Le triangle correspondant - sommet AL**
- **Les notions préliminaires**
- **Les tests et les techniques de correction**
 - testing de la prono-supination et correction

- testing des tensions dans les chaînes AL / testing des tensions dans les chaînes PM / testing des tensions dans les chaînes AP au poignet et mise en tension
 - le 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
 - les techniques de corrections d'une sub-luxation de l'humérus
-
- **Les typologies scapulaires et les terrains prédisposants à la PSH**
 - **La reprogrammation de la torsion physiologique dans le membre supérieur**
 - **Les accordages du membre supérieur**