

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue de la formation les participants pourront exercer la spécificité en kinésithérapie du sport. La formation permet d'acquérir les compétences nécessaires à la prise en charge d'un sportif et d'utiliser les techniques dispensées lors de la formation.

## DÉROULEMENT

Le parcours de formation est composé :

- de 25 jours (200h) en 8 stages présentiels de 3 à 4 jours consécutifs, plus un jour d'examen pratique.
- de 9 heures de classe virtuelle en direct.
- de 228h de contenu en ligne sur la plateforme Kinesport.
- d'1 jour d'examen

Pour le déroulement dans les DOM-TOM, les 25 jours sont planifiés en 6 stages de 4 à 5 jours plus un jour d'examen pratique.

Une classe virtuelle pédagogique obligatoire est organisée à mi-parcours.

## ORGANISATION

L'ensemble des ateliers sont répartis sur une période de 11 à 14 mois. Ils s'organisent autour de 4 modules :

1. Kinésithérapie du sport
2. Thérapie Manuelle
3. Return to Play (RTP)
4. Contenus théoriques E-Learning additionnels

## RECONNAISSANCE

Reconnue par le conseil national de l'ordre des masseurs-kinésithérapeutes, l'obtention du certificat permet l'exercice de la spécificité Kinésithérapie du sport. La formation est également reconnue par l'ECOSEP. L'ensemble des contenus sont contrôlés par le conseil scientifique.



## PRÉ-REQUIS ET EFFECTIFS

- Être Kinésithérapeute DE ou équivalent.
- Le nombre de stagiaires (métropole) est de minimum 16 et maximum 30 (encadré alors par minimum 2 formateurs).

## ÉVALUATIONS

- Des certifications en ligne sont réalisées pour la validation de chaque module et des fiches d'observation/ évaluation en stage sont tenues pour déterminer l'acquis des connaissances/gestes en conformité avec l'objectif initial de la formation.
- L'examen final est organisé le dernier jour.
- Fiche d'émargement et d'évaluation à chaque stage et lors de la classe virtuelle pédagogique de mi-parcours.

## MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

### MOYENS ET SUPPORTS

- Diaporamas
- Matériels de kinésithérapie
- Vidéos complémentaires
- Plate-forme online
- Exposé oral participatif
- Echanges avec les participants et discussions de groupe
- Supports dématérialisés
- Méthode démonstrative et mise en situation pratique
- Application Kinesport Académie

### À L'ISSUE DE LA FORMATION

- Evaluation de la formation par les stagiaires
- La formation est sanctionnée par la remise d'une attestation de fin de formation et d'un certificat permettant d'apposer une plaque affichant la spécificité « Kinésithérapie du sport »

## ÉVALUATIONS DES MODULES

Chacun des modules ci-dessous sera validé par une certification sous forme de questionnaire sur la plateforme en ligne.

Une certification est réussie pour un score supérieur ou égal à cinquante pour cent.

### 1. MODULE KINESITHERAPIE DU SPORT

#### TEST / RAISONNEMENT CLINIQUE / EVIDENCE BASED

Ce cours en ligne vous donnera les fondements scientifiques transversaux des tests et du raisonnement clinique, au travers de l'approche EBP (Evidence Based Practice).

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Introduction	0	80	80
Les tests cliniques	0	40	40
Raisonnement clinique	0	80	80
<b>Total en minutes</b>	<b>0,00</b>	<b>200,00</b>	<b>200,00</b>
<b>Total en heures</b>	<b>0,00</b>	<b>3,33</b>	<b>3,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0</b>		

#### LÉSIONS MUSCULAIRES

Cette intervention vous permettra dans la partie 1 de comprendre la géométrie musculaire (anatomie+architecture) à partir des données scientifiques les plus récentes, et des imageries présentées. Une classification des lésions possibles en non-contact (myo-aponévrotique, conjonctives et musculaires) sera ensuite détaillée et complétée sur le plan pratique par des tests cliniques précis. Dans la partie 2, les critères seront établis pour guider la réhabilitation criteria-based selon le concept de pratique factuelle intégrée, par une hiérarchisation et une chronologie de la prise en charge. Chaque groupe musculaire sera abordé selon ses spécificités, ses exercices en fonction de leur niveau d'activation, leur impact sur le plan cicatriciel et leur place dans la gestuelle.

<b>PARTIE 1 : SCIENCE BASED EVALUATION CLASSIFICATION</b>	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Anatomie topographique et les 50 points clés -Certification (pré requis anatomie)	0	420	420
Généralités et terminologie	30	60	90
Composantes jonctionnelles et nomenclature	20	60	80
Matrice extra-cellulaire	10	40	50
Classification des lésions musculaires et conjonctives	60	60	120
Évaluation clinique, preuves et algorithmes	60	60	120
Mécanisme lésionnels	15	40	55
Ingénierie et biomatériaux	20	45	65
Facteurs de risque	10	45	55
Révisions – Cas cliniques	15	0	15
Certification		30	30
<b>Total en minutes</b>	<b>240</b>	<b>860,00</b>	<b>1100</b>
<b>Total en heures</b>	<b>4,00</b>	<b>14,33</b>	<b>18,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0,5</b>		

<b>PARTIE 2 : REHABILITATION FONDEE SUR LES CRITERES</b>	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Principes de réhabilitation, architecture et cicatrisation, certification (pré requis anatomie)	0	900	900
Délais de prise en charge	60	180	240
Rééducation et douleurs	60	180	240
Approche multifactorielle et criteria-based	65	90	155
Prescription d'exercices	0	60	60
Déroulement et continuum	90	180	270
Réhabilitation du Quadriceps, évaluation, protocoles et continuum	120	240	360
Réhabilitation des Ischio-jambiers évaluation, protocoles et continuum	120	240	360
Réhabilitation des adducteurs évaluation, protocoles et continuum	65	180	245
Réhabilitation du mollet évaluation, protocoles et continuum	65	180	245
Prévention des lésions musculaires	30	180	210
Révisions – Cas cliniques	45	0	45
Certification		30	30
<b>Total en minutes</b>	<b>720</b>	<b>2640,00</b>	<b>3360</b>
<b>Total en heures</b>	<b>12</b>	<b>44,00</b>	<b>56</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1,5</b>		

## KINÉSITHÉRAPIE CHEVILLE/PIED

Les pathologies intéressants le complexe de la cheville et du pied représentent une part importante dans les pathologies sportives.

Construire une réhabilitation cohérente en fonction d'un bilan de départ précis vous permettra à chaque étape de l'aigu au RTP d'optimiser votre traitement.

Algorithmes, reds flags, Quick Skan, mise en application raisonnée des contentions vous permettra de proposer une prise en charge optimale des lésions de la cheville et du pied en kinésithérapie du sport.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Pré requis	20	35	55
Démarche clinique KSP	280	60	340
Tibio tarsiene	95	300	395
Syndesmose	20	90	110
Conflits	15	90	105
Sous Taliene	10	70	80
Chopart	10	70	80
Contentions	225	30	225
Techniques des tissus mous	0	45	45
Révisions – Cas cliniques	45	0	45
Certification	0	20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>720</b>	<b>810</b>	<b>1530</b>
<b>Total en heures</b>	<b>12</b>	<b>13,50</b>	<b>25,20</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1,5</b>		

## KINÉSITHÉRAPIE DU GENOU

Le cours en kinésithérapie du genou vous permettra d'appréhender la démarche clinique Kinesport pour proposer un bilan/diagnostic en kinésithérapie du genou suivant une démarche scientifique solide.

La mise en place du Quick Skan et la connaissance des liens cliniques permettra de mettre en place une démarche de réhabilitation cohérente.

Le programme détaillé ci-dessous vous permet de voir le panel des pathologies abordées dans le cours.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Pré requis	0	90	90
Démarche Clinique	105	0	105
LCA	225	300	525
Ménisques	90	150	240
SFP	90	120	210
STIT	45	40	85
LCM	90	60	150
Point d'angle postéro-latéral	30	45	75
Plicae	0	30	30
Révision – Cas cliniques	30	0	30
Certification		20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>720</b>	<b>855</b>	<b>1575</b>
<b>Total en heures</b>	<b>12</b>	<b>14,25</b>	<b>26,25</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1,5</b>		

## KINÉSITHÉRAPIE DE LA HANCHE

Le cours Kinésithérapie de la Hanche vous permettra à l'aide de l'algorithme et du Quick Skan, de faire la différence de manière précise entre un conflit de hanche (FAI), une micro-instabilité, une atteinte du labrum, un syndrome du GTPS.

Chaque item sera organisé de façon précise en suivant le modèle : épidémiologie, étiologie, imagerie, chirurgie selon les besoins, réhabilitation et protocole TRACE.

Un ensemble de cas pratiques sera réalisé pour mettre en application l'ensemble des processus de réhabilitation en lien avec les atteintes de la hanche.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Pré-requis	0	60	60
Démarche clinique	300	15	315
Conflit Fémoro-Acétabulaire	130	40	170
Micro-instabilité	130	30	160
Syndrome Dououreux du Grand Trochanter	130	40	170
Révision – Cas cliniques	30	0	30
Certification	0	20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>720</b>	<b>205,00</b>	<b>925</b>
<b>Total en heures</b>	<b>12</b>	<b>3,42</b>	<b>15,42</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1,5</b>		

## KINÉSITHÉRAPIE DU MEMBRE SUPÉRIEUR

L'épaule est la région anatomique la plus mobile du corps. Elle est également celle avec la cinématique la plus importante. Elle doit également être stable, ce qui semble antinomique dès le départ. Aujourd'hui selon les sports, elle est soumise à des contraintes irritatives, micro-traumatiques ou traumatiques.

Il peut être difficile de systématiser les douleurs. Cependant, une démarche clinique structurée vous permettra de bien les identifier et d'élaborer un traitement adapté et efficace. Comme pour l'ensemble des cours en kinésithérapie du sport chez Kinesport, vous retrouverez le triptyque Algorithme, Quick Skan, Réhabilitation.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Pré requis	0	80	80
Démarche clinique épaule	105	10	115
Épaule irritable	120	30	150
Épaule traumatique	120	40	160
Épaule micro-traumatique	75	20	95
Démarche clinique coude poignet	105	20	125
Traitements spécifiques coudes	75	20	95
Traitements spécifiques poignet	75	20	95
Révisions – Cas cliniques	45	0	45
Certification		20	30
<b>Total en minutes</b>	<b>675,00</b>	<b>260,00</b>	<b>980</b>
<b>Total en heures</b>	<b>12</b>	<b>4,33</b>	<b>16,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1,5</b>		

## LE TENDON DU SPORTIF

Ce cours vous permettra de comprendre les spécificités du complexe tendineux, mais surtout de l'intégrer à une entité plus globale comprenant le complexe musculaire et tendineux. Les spécificités biomécaniques, les physiopathologies, l'intérêt de l'imagerie dans le diagnostic seront abordés.

La mise en place d'un Quick Skan du complexe tendineux permettra de mettre en place une réhabilitation adaptée.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Pré requis	0	180	180
Physiopathologie	40	240	240
Démarche clinique	70	180	250
Anatomie fonctionnelle et fragilité	15	180	195
Réhabilitation	90	240	330
Révisions – Cas cliniques	20	0	20
Certification		20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>240</b>	<b>1040,00</b>	<b>1280</b>
<b>Total en heures</b>	<b>4</b>	<b>17,33</b>	<b>21,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0,5</b>		

## PUBALGIE (AGP)

Le cours Pubalgie (AGP) permet d'organiser via la démarche algorithmique et tests cliniques systématiques un bilan/diagnostic de la pubalgie cohérent et basé sur la littérature scientifique. Après un bilan précis des lésions potentiellement atteintes, le kinésithérapeute du sport pourra mettre en place des objectifs de réhabilitation spécifiques dans un contexte biomécanique global et cohérent.

Au préalable, une connaissance précise des liens anatomiques et de leurs interactions permettra de mieux appréhender les différentes symptomatologies.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Pré requis	30	45	75
Classifications	30	20	50
Anatomie	30	20	50
Éléments cliniques et diagnostics	30	40	70
Démarche clinique KSP	110	60	170
Management	110	50	160
Protocole AGP - Kinesport	110	50	160
Révisions – Cas cliniques	30	0	30
Certification	0	10	10
<b>Total en minutes</b>	<b>480</b>	<b>295</b>	<b>775</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>4,92</b>	<b>12,92</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

## BANDAGES ET SPORTS

Il s'agira de comprendre l'intérêt de l'un des outils les plus utilisés dans la traumatologie sportive, en complément de la main du kinésithérapeute.

L'utilisation et la mise en application raisonnée du taping sera l'élément principal de cette journée.

La différence entre les différents types de contentions sera mise en exergue, pour une démarche cohérente dans l'application des différents types de bandages en sport.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Taping	150	570	720
Dynamic Tape	150	550	700
Floss Band	150	60	210
Révisions – Cas cliniques	30	0	0
Certification	0	20	0
<b>Total en minutes</b>	<b>480</b>	<b>1180</b>	<b>1630</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>28</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

## GESTUELLE ET SPORTS

Quelles sont les intérêts mais aussi les limites du screening en sport ?

Quelle est la place de l'évaluation de la gestuelle du sportif aujourd'hui dans la démarche de prévention des blessures ?

Comment réaliser une évaluation simple, reproductible dans les clubs ou cabinets libéraux ?

Comment impacter la gestuelle de vos patients/sportifs de manière cohérente en respectant les théories d'apprentissage moteur ?

L'ensemble de ces éléments, nécessaires pour le kinésithérapeute du sport, seront abordés dans ce cours où la théorie permet de comprendre de manière simple et cohérente comment organiser nos exercices pratiques.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Screening et sports	112,5	90	202,5
Intérêt de l'analyse 2D et mise en pratique d'un protocole d'analyse biomécanique	112,5	30	142,5
Continuum gainage, fentes, cheville/pied, renforcement fonctionnel	225	0	225
Révisions – Cas cliniques	30	0	30
Certifications	0	0	20
<b>Total en minutes</b>	<b>480</b>	<b>140</b>	<b>620</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>2,333</b>	<b>10,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

## ÉTIREMENTS/MOBILITE

A travers la mise en place d'une chronologie précise, il s'agira tout d'abord de comprendre les conséquences de la pratique des étirements sur la structure et d'en déduire l'intérêt de leur utilisation ou non pour le sportif.

Dans une seconde partie, vous comprendrez l'intérêt du travail de mobilité et de souplesse à travers la mise en place de « routines » spécifiques à chaque sport.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Effets physiologiques induits par les étirements	110	120	230
Les 10 points clés de la mise en pratique des étirements	40	0	40
Les différentes modalités d'étirements et applications	90	0	90
Mobilité et contrôle moteur	120	120	240
Construire une séance de mobilité	120	0	120
Certification		20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>225</b>	<b>260</b>	<b>740</b>
<b>Total en heures</b>	<b>3,75</b>	<b>4,33</b>	<b>12,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0,5</b>		

## LA LOMBALGIE DU SPORTIF

La lombalgie est un phénomène qui touche 80% de la population mondiale. Après avoir donné quelques précisions épidémiologiques, nous étudierons la classification, la hiérarchisation et l'évaluation pour enfin montrer comment apporter sur le plan pratique, les meilleures solutions possibles de normalisation d'un état physio-pathologique.

L'utilisation d'un algorithme décisionnel permettra de valider une approche EBP/PBE dans la prise en charge de cette pathologie, très présente chez le sportif.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Généralités, consensus, algorithme	120	0	120
La lombalgie aiguë, apprentissage des gestes réflexes	120	0	120
La lombalgie chronique, apprentissage des gestes réflexes	120	0	120
La lombo-sciatalgie	90	0	90
Révisions	30	0	30
Certification		20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>48</b>	<b>20</b>	<b>500</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>0,33</b>	<b>8,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

## MOBILISATION ASSISTEE DES TISSUS MOUS

Grâce à cette intervention, le stagiaire sera en mesure de comprendre le fondement théorique et pratique de plusieurs techniques de mobilisations des tissus mous, instrumentés et non instrumentés.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Crochetage	80	20	100
Mobilisation assistée des tissus mous	80	20	100
Scrapping	80	20	100
Certification	0	20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>240</b>	<b>80</b>	<b>320</b>
<b>Total en heures</b>	<b>4</b>	<b>1,33</b>	<b>5,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0,5</b>		

## 2. MODULE THERAPIE MANUELLE

La thérapie manuelle chez Kinesport s'inscrit dans le cadre d'une prise en charge globale. À travers des sessions pratiques, vous traiterez d'un nombre important de techniques qui vous serviront en pratique courante.

Grâce à la mise en application des différents enseignements que vous allez suivre, et des techniques et tests que vous apprendrez à utiliser, vous pourrez rétablir au mieux les propriétés de mobilité, d'élasticité et d'équilibre, tant sur le plan local que global.

L'objectif des enseignements de thérapie manuelle que vous allez suivre est de maintenir ou restaurer la santé du sportif au service de la performance afin de soulager et libérer, comprendre et stabiliser, maintenir et prévenir.

La thérapie manuelle s'inscrit chez Kinesport dans une démarche d'optimisation de la prise en charge en kinésithérapie du sport, où l'intégration de l'EBP et de la PBE est fondamentale.

• Introduction en Thérapie Manuelle – Gestes et thérapies manuelles			
	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Introduction à la thérapie manuelle, définition de la thérapie manuelle, place de la TM en kinésithérapie	0	60	60
Notions pratiques nécessaires à une application raisonnée de la TM (Gestes et thérapie manuelle)	0	90	90
La thérapie Manuelle chez Kinesport		180	180
<b>Total en minutes</b>	<b>0</b>	<b>330</b>	<b>330</b>
<b>Total en heures</b>	<b>0</b>	<b>5,50</b>	<b>5,5</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0</b>		

• Thérapie Manuelle cheville/pied.			
	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Rappels anatomiques et biomécaniques, exclusions	120	20	140
Techniques en TM appliquées à la cheville	105	20	125
Techniques en TM appliquées au pied	120	24	144
Application des techniques avec mise en situation	105	0	105
Révisions	30	0	30
Certification		4	4
<b>Total en minutes</b>	<b>480</b>	<b>68</b>	<b>548</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>1,13</b>	<b>9,13</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

- **Thérapie Manuelle genou/hanche.**

Rappels anatomiques et biomécaniques du genou, exclusion
Techniques en TM appliquées au genou
Rappels anatomiques et biomécaniques de la hanche
Techniques en TM appliquées à la hanche
Révisions
Certification
<b>Total en minutes</b>
<b>Total en heures</b>
<b>Total en jour</b>

Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
105	40	145
120	27,25	147,25
105	0	105
120	30	150
30	0	30
	4	4
<b>480</b>	<b>101,25</b>	<b>581,25</b>
<b>8</b>	<b>1,69</b>	<b>9,69</b>
<b>1</b>		

- **Thérapie Manuelle bassin/iliaque/sacrum.**

Rappels anatomiques et biomécaniques de l'ilium, exclusion
Techniques en TM appliquées à l'ilium
Rappels anatomiques et biomécaniques au sacrum
Techniques en TM appliquées au sacrum
Révisions
Certification
<b>Total en minutes</b>
<b>Total en heures</b>
<b>Total en jour</b>

Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
105	0	105
120	70	190
105	0	105
120	30	150
30	0	30
	4	4
<b>480</b>	<b>104</b>	<b>584</b>
<b>8</b>	<b>1,73</b>	<b>9,73</b>
<b>1</b>		

- **Thérapie Manuelle des lombaires.**

Rappels anatomiques et biomécaniques des lombaires, exclusion
Bilans par région spécifique du rachis lombaire
Techniques en TM appliquées au rachis lombaire
Révisions
Certification
<b>Total en minutes</b>
<b>Total en heures</b>
<b>Total en jour</b>

Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
105	40	145
120	30	150
225	30	255
30	0	30
	4	4
<b>480</b>	<b>104</b>	<b>578</b>
<b>8</b>	<b>1,73</b>	<b>9,73</b>
<b>1</b>		

- **Thérapie Manuelle des dorsales.**

Rappels anatomiques et biomécaniques des dorsales, exclusion
Bilans par région spécifique du rachis thoracique
Techniques en TM appliquées au rachis thoracique
Révisions
Certification
<b>Total en minutes</b>
<b>Total en heures</b>
<b>Total en jour</b>

Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
105	40	145
120	30	150
225	20	245
30	0	0
	4	4
<b>480</b>	<b>94</b>	<b>574</b>
<b>8</b>	<b>1,57</b>	<b>9,57</b>
<b>1</b>		

- **Thérapie Manuelle des cervicales**

Rappels anatomiques et biomécaniques des cervicales	105	50	155
Les vertèbres types, l'artère vertébrale, le système neuro-végétatif, les tests d'exclusions	120	0	120
Techniques musculaires/techniques aponévroses, techniques myotensives	225	30	255
Révisions	30	0	30
Certification		4	4
<b>Total en minutes</b>	<b>480</b>	<b>84</b>	<b>564</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>1,40</b>	<b>9,40</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

- **Thérapie Manuelle du membre supérieur.**

Rappels anatomiques et biomécaniques épaule, coude, poignet	120	0	120
Techniques en TM appliquées à l'épaule	225	40	265
Techniques en TM appliquées au coude et au poignet	105	40	145
Révisions	30	0	30
Certification		4	4
<b>Total en minutes</b>	<b>480</b>	<b>84</b>	<b>584</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>1,40</b>	<b>9,40</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

Synchrone

Asynchrone

Total (minutes)

105

50

155

120

0

120

225

30

255

30

0

30

4

4

**480****84****564****8****1,40****9,40****1**

Synchrone

Asynchrone

Total (minutes)

120

0

120

225

40

265

105

40

145

30

0

30

4

4

**480****84****584****8****1,40****9,40****1**

### 3. MODULE RTP

#### RTP – CRITERIA BASED

L'objectif de tout kinésithérapeute du sport est de ramener le sportif blessé à la porte de l'entraînement. Il s'agira donc de vous permettre de répondre aux problématiques de retour à la compétition après une blessure d'un sportif, avec applications pratiques selon les critères et les preuves scientifiques.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Notions générales : Définition – Terminologie – Consenses	90	100	190
Évaluation – Méthodologie - Planification	90	90	180
Applications pratique en fonction des pathologies	300	760	1060
Certification		20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>480</b>	<b>970</b>	<b>1450</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>16,17</b>	<b>24,17</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

#### ECHAUFFEMENT - WARM UP

A travers la mise en place d'une chronologie précise, il s'agira tout d'abord de comprendre l'intérêt et les effets induits de l'échauffement à travers la mise en place de « routines » spécifiques à chaque sport.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Mobilité et Rouleaux de Massage	80	0	80
Gainage et stabilité	80	0	80
Échauffements spécifiques	80	0	80
Certifications	0	20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>240</b>	<b>20</b>	<b>260</b>
<b>Total en heures</b>	<b>4</b>	<b>0,33</b>	<b>4,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0,5</b>		

#### SCREENING NEURO MUSCULAIRE

Cette intervention permettra au stagiaire de comprendre l'intérêt de l'utilisation d'une plateforme de force et son utilisation dans le cadre du screening neuro-musculaire. Des notions clés telles que le profil force vitesse et le RFD seront abordées.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Introduction aux plateformes de force	60	0	80
CMJ : Profil Force Vitesse – Single Leg Hold	140	0	80
Force Explosive – RFD – Isometric Posterior Chain Test	140	0	80
Pliométrie – Drop Jump (Plateforme de Force)	140		
Certifications	0	20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>480</b>	<b>20</b>	<b>500</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>0,33</b>	<b>8,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

## RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Au cours de cette intervention vous comprendrez l'intérêt du développement de la force. Vous apprendrez à définir et caractériser les différents types de force, à identifier les mécanismes en jeu. Vous aborderez différentes méthodes de développement de la force. Vous apprendrez également à construire une séance de musculation et aborderez les fondements des mouvements d'haltérophilie et de leur bonne exécution.

Cette intervention sera l'occasion de nombreuses mises en pratique (Exercices à poids de corps, renforcement, haltérophilie, pliométrie, travail de pied et gammes athlétiques...)

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Introduction	80	40	120
Les différentes qualités développées en musculation	80	50	130
Les tests	80	50	130
Les méthodes de développement	80	50	130
Les bases de la planification	80	50	130
Les mouvements	80	50	130
<b>Total en minutes</b>	<b>480</b>	<b>300</b>	<b>780</b>
<b>Total en heures</b>	<b>8</b>	<b>5,00</b>	<b>13,00</b>
<b>Total en jour</b>	<b>1</b>		

## BFR – BLOOD FLOW RESTRICTION

Ce cours Blood Flow Restriction (BFR) en ligne a pour objectif de développer les compétences nécessaires à la mise en place cette méthode par restriction vasculaire dans le contexte de prise en charge de diverses pathologies de l'appareil musculo-squelettique, en s'appuyant sur plus de 200 références bibliographiques.

	Synchrone	Asynchrone	Total (minutes)
Introduction – Historique – Bases scientifiques – Conséquences des blessures	0	33	33
Sciences et BFR - Fatigue et BFR	0	26	26
Principaux mécanismes du BFR - BFR et sécurité	0	55	55
Les différents outils disponibles - Évaluation du LOP l'aide du Doppler	45	0	45
Pilier 1 : Présentation et mise en pratique	22,5	15	37,5
Pilier 2 : Présentation et mise en pratique	37,5	30	67,5
Pilier 3 : Présentation et mise en pratique	52,5	50	102,5
Mise en pratique sur cas clinique spécifique	52,5	0	52,5
Planification - Autres preuves	0	80	80
Révisions	30	6	36
Certification		20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>240</b>	<b>300</b>	<b>540</b>
<b>Total en heures</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>9</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0,5</b>		

## 4. MODULE E-LEARNING

### SCIENCES – ANALYSES CRITIQUES ET EBP

Ce e-learning aura pour but de donner les fondements de la pratique EBP et de la méthodologie scientifique au travers de la kinésithérapie. Les principaux objectifs seront alors de maîtriser la recherche bibliographique, savoir réaliser la lecture critique d'un article, analyser sa qualité et savoir interpréter ses résultats.

	Synchrone (Distanciel)	Asynchrone	Total (minutes)
EBP et Pratique	0	60	60
Recherche bibliographique	0	120	120
Lecture critique d'article et qualité	0	240	240
Certification		20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>0</b>	<b>440</b>	<b>440</b>
<b>Total en heures</b>	<b>0</b>	<b>7,33</b>	<b>7,33</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0</b>		

### DOPAGE

Cette intervention vous permettra de prendre conscience des réalités du dopage sportif. Vous ferez l'état des lieux des différents produits et méthodes de dopage possibles, pour ensuite aborder les aspects réglementation et contrôles antidopage à connaître pour pouvoir prendre en charge un sportif en toute connaissance de cause. Vous aborderez également les aspects sociétaux et éthiques ainsi que l'avenir du dopage.

	Synchrone (Distanciel)	Asynchrone	Total (minutes)
Historique des pratiques dopantes en sport, les instances actuelles de lutte contre le dopage, les combats actuels	0	80	80
Les pratiques dopantes en sport, les moyens de luttés (biotech), les perspectives d'évolution	0	80	80
Comment se placer en tant que professionnel de santé vis-à-vis des pratiques dopantes	0	60	60
Classe privée en ligne 2x2h	240		240
Certification		20	20
<b>Total en minutes</b>	<b>240</b>	<b>240</b>	<b>480</b>
<b>Total en heures</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
<b>Total en jour</b>	<b>0,5</b>		

## NUTRITION

Maintenir une hydratation et un apport énergétique adéquat est déterminant pour la santé et la performance sportive.

Vous aborderez ici la nutrition sportive pratique et son impact sur la performance et les douleurs musculotendineuses, les bonnes pratiques et les différentes stratégies à mettre en œuvre en fonction des objectifs visés (gain de masse musculaire ou perte de masse grasse).

Basé sur des preuves scientifiques fortes, ce cours vous permettra d'aborder la nutrition du sportif sous un angle scientifico-pratique.

	Synchrone (Distanciel)	Asynchrone	Total (minutes)
Gain de masse		80	80
Perte de masse grasse		60	80
Performance et périodisation		90	90
Classe Privée 2x2h en ligne	240	0	240
Certification		30	20
<b>Total en minutes</b>	<b>240</b>	<b>260</b>	<b>500</b>
<b>Total en heures</b>	<b>4</b>	<b>4,33</b>	<b>8,33</b>
<b>Total en jour (Distanciel)</b>	<b>0,5</b>		

## CONTENUS E-LEARNING ADDITIONNELS

	Synchrone (Distanciel)	Asynchrone	Total (minutes)
La récupération du sportif		240	240
Malette de terrain et Gestes d'urgences		240	240
Prévention des maltraitances dans le sport		120	120
Neurosciences appliquées au sport		240	240
Femme et Sport		240	240
Enfant et Sport		240	240
<b>Total en minutes</b>	<b>0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>
<b>Total en heures</b>	<b>0</b>	<b>14</b>	<b>14</b>
<b>Total en jour (Distanciel)</b>	<b>0</b>		

## CLASSE VIRTUELLE PEDAGOGIQUE

Cette classe virtuelle, organisée après le stage 4, sera l'occasion de faire un point pédagogique à mi-parcours afin de répondre aux questions, faire un état des lieux des certifications en ligne, et repérer les éventuelles difficultés individuelles.

	Synchrone (Distanciel)	Asynchrone	Total (minutes)
Classe Virtuelle Pédagogique	60	0	60
<b>Total en minutes</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>60</b>
<b>Total en heures</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
<b>Total en jour (Distanciel)</b>	<b>0</b>		

## SYNTHESE

MODULE		SYNCHRONES		ASYNCHRONES	TOTAL
		Présentiel	Distanciel		
KINESITHERAPIE DU SPORT	TOTAL EN MIN	6720,00		8865,00	15535,00
	TOTAL EN HEURE	112		147,75	259,75
	TOTAL EN JOUR	14		0	0
THERAPIE MANUELLE	TOTAL EN MIN	3360		969,25	4329,25
	TOTAL EN HEURE	56		16,15416667	72,15416667
	TOTAL EN JOUR	7		0	0
RTP	TOTAL EN MIN	1920		1690	3530
	TOTAL EN HEURE	32		26,833333	58,833333
	TOTAL EN JOUR	4		0	0
E-LEARNING	TOTAL EN MIN	0	480	2260	2740
	TOTAL EN HEURE	0	8	37,666667	45,666667
ZOOM - SUIVI PEDAGOGIQUE	TOTAL EN MIN	0	60		60
	TOTAL EN HEURE	0	1		1
TOTAL	TOTAL EN MIN	12000,00	540,00	13704,25	26194,25
	TOTAL EN HEURE	200,00	9,00	228,40	437,40
	TOTAL EN JOUR	25,00			
EXAMEN	TOTAL EN JOUR		1		

## LISTE DES PERSONNES CHARGÉES DE LA RELATION AVEC LES STAGIAIRES

### ✓ **Pôle pédagogique** : services-pedagogie@kinesport.fr

- Chargé du suivi pédagogique : pedagogie@kinesport.fr - 0676022836
- Responsables pédagogiques :
  - Grégory VISERY : gregory@kinesport.fr- 0687603761
  - Germain SANIEL: germain@kinesport.fr- 0623050145

### ✓ **Pôle administratif** : services-administratif@kinesport.fr

- Secteur Paris-Nord : secretariat@kinesport.fr – 0344570841
- Secteur Sud : noeline@kinesport.fr – 0967176846

### ✓ **Pôle organisation** : services-formation@kinesport.fr

- Yoan KOEPPPEL : conseiller@kinesport.fr- 0632023622

## LISTE DES FORMATEURS KINESPORT

- ✓ **BRUCHARD Arnaud**  
Masseur-kinésithérapeute DE  
Kinésithérapeute du sport, préparateur physique, performance manager et Scientist Sport.  
Directeur de l'organisme de formation Kinesport.  
Membre de la FMA (Football Medical Association - Association médicale du Foot pro anglais et écossais)  
Concepteur de la méthodologie et performance manager 11 Leader  
Consultant en biomécanique et performance, analyste de la performance pour sportifs, clubs et fédérations.  
Expériences Professionnelles : Football : Premierleague anglaise, Ligue 1et 2 française, Liga espagnole, Bundelisga, Italie, Écosse, Ukraine, Portugal, Turquie, Croatie, Qatar, Arabie Saoudite...  
Collaboration avec les clubs de football: FC Barcelone, Birmingham city, Séville FC, Atlético Madrid, Sporting Lisbonne, Paris St Germain, Dijon, Lekhwya, Al-Fujaïrah SC, Nottingham Forest, Celtic Glasgow, Valencia FC...  
Enseignant en kinésithérapie du sport et préparation physique à l'université de Gimbernat (Barcelone et Santander-Espagne).  
Auteur des deux livres physiotaping et tests cliniques éditions Ksport.  
Intervenant Formation Kiné du Sport - LMA - Pubalgie - Physiologie test - EBOAS – Return to PLAY
  
- ✓ **BAICHERES Fabrice**  
Kinésithérapeute du sport  
Thérapie manuelle  
Entraînement sportif concept EBOAS  
Association Montpelliéraine de Traumatologie du Sport  
Licence Staps  
Suivi de l'équipe de Montpellier-mosson Basket
  
- ✓ **BRANDT Erwin**  
Kinésithérapeute du sport  
Ex-Performance Trainer méthodologie 11 Leader  
Kinésithérapeute affilié à la fédération française de lutte
  
- ✓ **CAMPET NICOLAS**  
Kinésithérapeute du Sport Thérapie manuelle du sport.  
Depuis 2016 affilié à la FFR (catégorie Fédérale et Espoirs nationaux).  
Performance Trainer 11Leader
  
- ✓ **CANNIZZARO Fabrice**  
Masseur-kinésithérapeute - Kinésithérapeute du sport - Ostéopathe Kinésithérapeute du PSG Handball

- ✓ **CARRILLO Olivier**  
Masseur-kinésithérapeute  
Kinésithérapeute du sport  
Thérapeute manuelle du sport  
Intervient auprès du FC Chamalières (CFA2) et du Volley Club Chamalières équipe Féminine  
Intervenant auprès du ballet Prejlocaj  
Intervenant Formation Thérapie Manuelle
  
- ✓ **CHIAPOLINI Steeve**  
Kinésithérapeute du sport  
Physiotherapeute invasif  
Échographie MSK  
Licence STAPS pro  
Level 1 CrossFit  
Co-fondateur I.CARE : centre médical et recherche de la haute performance sportive au seins du CDFAS Du val d Oise, en charge des différents pôles france  
Depuis 2016 kine d'un groupes d'athlètes de niveaux internationales et footballeur pro  
Depuis 2020 kine du club handball élite val d'Oise (N1 élite)  
Club gym Albonaise franconville (TOP 12 )Kinésithérapeute du sport
  
- ✓ **CORRONDA Joao**  
Licence en Kinésithérapie (Coimbra, Portugal)  
Master en Ostéopathie Structurelle (Escuela de Osteopatía de Madrid)  
Kinésithérapie Du Sport Expert  
Kiné Du Sport à la HDN ACADEMY  
Expérience comme Kiné Personnel de joueurs professionnels de tennis (Circuit ATP et WTA)  
Intervenant Formation en Thérapie Manuelle
  
- ✓ **CORRE TERENCE Sylvia**  
Athlète de haut niveau  
Préparation physique  
Master 2 entraînement  
Major en sciences de l'exercice (West Virgine-uSA)
  
- ✓ **DE FOURMESTRAUX Pierre**  
Enseignant en formation initiale de kinésithérapie  
Kinesitherapeute du sport  
Kinesitherapeute de l'équipe de France de badminton à l'INSEP  
Ostéopathe structurel

- ✓ **DEL BARRIO Carlos**  
Kinésithérapeute du sport, certifié en entraînement et réhabilitation. Enseignant universitaire et Barca Innovation Hub.  
Kinésithérapeute de l'équipe professionnelle de l'Atletico de Madrid. Intervenant Formations Prévention RTP
  
- ✓ **DESRONDIERS Julien**  
Kinésithérapeute du Sport  
Ostéopathe  
Kiné / ostéo des équipes de France de cyclisme  
Kiné / ostéo équipe cycliste Groupama-FDJ  
Ostéopathe libéral
  
- ✓ **Pr DINE Gérard**  
Hématologue - Spécialiste du dopage  
Président du Conseil scientifique Kinesport  
Professeur associé en Biotechnologie à l'École Centrale de Paris.  
Président de l'Institut Biotechnologique de Troyes.  
Président du Conseil Scientifique de l'Académie Somadiag  
Représentant du Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche au Conseil Scientifique de l'IRMES  
Membre du Conseil scientifique de l'École Supérieure des Biotechnologies de Paris  
Membre du Conseil Scientifique de la Compagnie Biomédicale Vifor  
Médecin Biologiste Honoraire des Hôpitaux.  
Particularités : 8 sélections dans l'équipe de Rugby de Nouvelle Calédonie (1978 - 1979)  
Médaille de Bronze aux 6èmes Jeux du Pacifique avec l'équipe de Nouvelle Calédonie (Fidji, 1979)  
Responsable de la préparation physio-biologique des équipes de France de Rugby (1986 - 1991)  
Directeur des Laboratoires de Biologie de l'effort des 16èmes Jeux Olympiques d'Hiver (Albertville, 1992)  
Directeur scientifique du programme de biologie du Sport du Ministère de la Jeunesse et des Sports (1998)  
Conseiller technologique auprès du Président de l'Union Cycliste Internationale (Lausanne, 2000)  
Intervenant Formation kinésithérapie du sport expert

- ✓ **FRAISSE Benjamin**  
Kinésithérapie du sport  
Masseur-Kinésithérapeute DE  
Certifié ASCA en préparation physique  
Performance trainer 11Leader  
Réhab specialist Comité Olympique chinois  
Intervenant Formations Kinésithérapeute du sport
  
- ✓ **FONTANIER Vincent**  
Neuroscientifique et biologiste Biostatisticien  
Ingénieur de recherche  
Formateur et chercheur Kinesport
  
- ✓ **HATTON Simon**  
Kinésithérapeute du Sport  
Kinésithérapeute Équipe de Grande-Bretagne de Ski de bosse depuis 2020  
Thérapeute Manuelle  
Ancien sportif de haut niveau (Athlétisme)
  
- ✓ **HENOT Benjamin**  
kiné-ostéopathe du sport  
Ostéopathe DO  
Championnat du monde d'endurance moto  
Intervenant Formations Kinésithérapie du sport
  
- ✓ **JUDEZ RUIZ Jose**  
Kinésithérapeute du Sport  
Master en thérapie manuelle et ostéopathie  
Échographie musculo-squelettique  
Electrolyse percutanée et puncture sèche  
Ex kiné du Orleans Loiret Basket
  
- ✓ **LE MEUR Yann**  
Sport scientist  
Docteur en physiologie de l'exercice du sport  
Auteur de plus de 40 publications scientifiques et des infographies YLMS.  
Membre de plusieurs revues scientifiques (médecine sportive, BJSM, science et médecine du football, revue européenne des sciences du sport et revue internationale de nutrition sportive, exercice et métabolisme)  
Scientist sport lors des Jeux olympiques de Beijing 2008, Londres 2012 et Rio 2016.  
Scientist sport à l'AS MONACO de 2016 à Février 2019 et champion de France 2016-2017  
Intervenant Formations Kiné du sport - nutrition - RTP

- ✓ **LESEUR Brice**  
LESEUR Brice  
Masseur-kinésithérapeute  
Kinésithérapeute du sport  
Kinésithérapeute des équipes de France de Biathlon Intervenant Formation  
kinésithérapie du sport expert
  
- ✓ **LEMEUNIER Nadège**  
Biologiste et épidémiologiste de formation, elle a développé une expertise en méthodologie de la recherche et la démarche diagnostique durant les dix dernières années. Elle guidé plusieurs équipes d'enseignants et de chercheurs multidisciplinaires et internationaux. Auteure d'une vingtaine de publications dont des systematic reviews et un guideline pour la HAS.
  
- ✓ **MARTIN Anthony**  
Masseur-kinésithérapeute  
Kinésithérapeute du sport  
Ostéopathe spécialisé dans le domaine sportif. Performance trainer méthodologie T1Leader
  
- ✓ **MAYER Thibault**  
Masseur-kinésithérapeute  
Kinésithérapeute pour le comité Côte d'Azur de rugby en charge des -18 ans.  
CREPS de Boulouris.  
Centre de Recherche et d'Expertise de la Performance Sportive (CREPS) de Boulouris  
Centre Européen de Rééducation du Sportif (CERS).  
Intervenant Formation Kiné du Sport
  
- ✓ **METZINGER Pierre**  
Kiné du sport  
Dragons Catalans U19 (2014-2017)  
Dragons Catalans (2018-2019)  
US Carcassonne (2020)
  
- ✓ **OSWALD Victor**  
Kinésithérapeute du sport  
Performance Trainer T1leader  
Ex kiné du Stade de Reims
  
- ✓ **PANIS Emmanuel**  
Masseur-kinésithérapeute, thérapeute manuel,  
Ostéopathe  
Kinésithérapeute du club de rugby stade toulousain de 2012 à 2019, Kinésithérapeute du club de rugby de Castres 2019-2020  
Ex kiné/ostéopathe du comité midi Pyrénées de Rugby.  
Intervenant dans le cadre de notre formation kinésithérapie du sport expert.

- ✓ **PRIEUR Simon**  
Masseur-kinésithérapeute  
Kinésithérapeute du sport  
Ostéopathe  
Intervenant physioswim (association de prévention des blessures en natation)  
Ex kinésithérapeute du LUZENAC ARIEGE Pyrénées (lap, football nationale puis début en ligue 2)  
Intervenant Formation Thérapie Manuelle
  
- ✓ **ROUGEMONT David**  
Masseur-kinésithérapeute  
Kinésithérapeute du sport  
Thérapeute manuel du sport  
Ex thérapeute manuel de l'équipe professionnelle cycliste COFIDIS Ex  
kinésithérapeute de la fédération française de football  
Suivi thérapeutique de footballeurs professionnels  
Intervenant Formation Thérapie Manuelle, reboutement, Upgrade
  
- ✓ **SANIEL Germain**  
Masseur-kinésithérapeute  
Kinésithérapeute du sport  
Titulaire du diplôme Européen de Préparation-Physique, Concept EBOAS (Kinesport).  
Performance trainer pour la société 11Leader. Suivi de joueurs de football professionnel. Exercice en cabinet libéral (Grenoble)/Kinésithérapeute  
Préparateur physique individualisé joueur de football professionnel (France, Tunisie) (2011-2012)  
Kinésithérapeute équipe professionnel Grenoble Foot 38 (Ligue 1, Ligue 2)(2009-2011)  
Intervenant Formation Renforcement Fonctionnel et Mécanique Gestuelle - Kiné du Sport - LMA - Upgrade
  
- ✓ **SCOTTE Franck**  
Masseur-kinésithérapeute  
Kinésithérapeute du sport  
Spécialiste du dos  
Ancien kinésithérapeute attaché à la FF Athlétisme, attaché à l'équipe COFIDIS (cyclisme) et Team LAGARDERE.  
Directeur pédagogique du centre de formation Kinesport Intervenant Formation Dos - Etirements - Ki-Dos

- ✓ **TIXIER Arnaud**  
Masseur-kinésithérapeute  
Kinésithérapeute du sport  
Ostéopathe libéral et de l'équipe de France de Natation (FFN) Intervenant Formation  
Thérapie Manuelle - Hanche Ekman
  
- ✓ **TORECILLA GARCIA Amaya**  
Kinésithérapeute du sport  
Certifiée en thérapie manuelle  
du plancher pelvien et en hypopressif  
Certifiée en électrolyse percutanée et puncture sèche.  
Enseignant Pilates
  
- ✓ **VASSE Hugo**  
Masseur-Kinésithérapeute  
Kinésithérapeute du sport  
Association montpelliéraine de traumatologie du sport Intervenant en Staps  
DU préparateur physique  
BPJEPS AGFF en pathologie et prévention chez le sportif Intervenant Formation  
kinésithérapie du sport expert
  
- ✓ **VILLAGORDO Fabien**  
Kiné du Sport  
Crossfit level1  
Fédération Française de Rugby à XIII  
Depuis 2016, clubs de rugby de Fédérale à Top 14 (MHR Espoirs)
  
- ✓ **VIGNE Grégory**  
PhD Sport sciences  
Chercheur et formateur Kinesport  
Performance Trainer 11Leader  
Ex préprateur physique O.Lyonnais  
Opérateur Test isocinetique  
Centre Orthopédique Santy  
Enseignant vacataire Universitaire  
Co-auteur des publications K-STARTS
  
- ✓ **VISERY Grégory**  
Masseur-kinésithérapeute Kinésithérapeute du sport  
Maîtrise staps  
Performance trainer pour la société 11leader Kinésithérapeute de Serena Williams  
Ex kinésithérapeute de l'équipe professionnelle Evian Thonon Gaillard FC  
Intervenant Formation Kiné du Membre Inférieur