

OSTÉOSPORT : LA CLINIQUE DU SPORTIF

Michel Riff – Ostéopathe D.O.

PROGRAMME DE FORMATION

OBJECTIFS

Ce séminaire de 3 jours est axé sur la prise en charge des pathologies du sportif de haut niveau. Durant ces 3 jours, Michel Riff, acteur incontournable dans le milieu de l'ostéopathie du sport, anciennement ostéopathe du XV de France de Rugby et ostéopathe aux Jeux Olympiques de Londres 2012, ostéopathe de Martin Fourcade et bien d'autres sportifs, sera présent pour vous aider à vous perfectionner dans les techniques ostéopathiques et optimiser la prise en charge du sportif de haut niveau.

Il vous donnera toutes les clés pour réussir la prise en charge de ces patients, vous montrera des techniques adaptées, précises et efficaces. Il vous fera prendre conscience de l'intérêt de la prévention par des tests simples et applicables vous permettant de suivre l'évolution de votre sportif et de l'aider dans sa quête de performance.

PUBLICS CONCERNÉS

Ostéopathe D.O

PROGRAMME

1^{ÈRE} JOURNÉE

9h à 12h30 (pause intermédiaire de 15 minutes)

- Présentation de la prise en charge du sportif.
- Mise en place des bases théoriques et pratiques nécessaires à la prise en charge du sportif.

- Le membre inférieur :

Le pied du coureur :

Visuel

Palpation

Tests d'exclusions

Testings ligamentaire : LLE, LTFAl, carrefour postérieur ... Techniques :

Tibio tarsienne

Sous talienne
Premier métatarsien
Couple scaphoïde/cuboïde
Membrane inter osseuse
Aponévrose plantaire/LFH

Taping

14h à 18h (pause intermédiaire de 15 minutes)

Le genou du rugbyman

Visuel
Palpation
Tests d'exclusions : lachman, ménisques Techniques :
« La royale Riff »
Techniques méniscales
Rotule

La hanche et la pubalgie du footballeur :

Visuel
Palpation
Testing : abdo/adducteurs/arthropathie pubienne Techniques :
Hanche
Iliaque antérieur/postérieur
Symphyse pubienne
Psoas
Membrane obturatrice

2^{ème} JOURNÉE

9h à 12h30 (pause intermédiaire de 15 minutes)

- Le membre supérieur :

L'épaule du handballeur :

Visuel
Palpation
Testing: palm up/Jobe, Neer, Yocum ... Techniques :
Gléno humérale
Capsulites

Clavicule
K1/K2
C7T1 position assise

14h à 18h (pause intermédiaire de 15 minutes)

Le coude du lanceur :

Visuel
Palpation
Testings : épicondylite, entorse LLI/LLE, fracture tête radiale

Techniques :
Tête radiale
Ulna abd/add
Membrane inter osseuse

Le poignet :

Visuel
Palpation
Techniques :
Coup de fouet Décompression poignet Trapézo-metacarpienne Radio cubitale inférieure

Le rachis selon les gabarits :

Les cervicales et la névralgie cervico brachiale :

Visuel
Palpation
Tests d'exclusions
Red flags et précautions à prendre Techniques :
OAA
Cervicales moyennes et basses Techniques en decubitus Techniques assises
Techniques neurales

3^{ème} JOURNÉE

9h à 12h30 (pause intermédiaire de 15 minutes)

Les dorsales et les côtes :

Visuel
Palpation
Diagnostic d'exclusions Techniques :
DOG
Lift assis, debout Techniques en procubitus

14h à 18h (pause intermédiaire de 15 minutes)

Charnière dorso Lombaire Côtes

Les lombaires, sciatiques et cruralgies :

Visuel
Palpation
Diagnostic d'exclusions
La hernie discale du sportif Techniques :
Lumbaroll
Techniques discales Techniques d'urgence

LE PROGRAMME EST SUSCEPTIBLE D'ÉVOLUER EN FONCTION DES BESOINS ET DEMANDES DE CHAQUE STAGIAIRE.