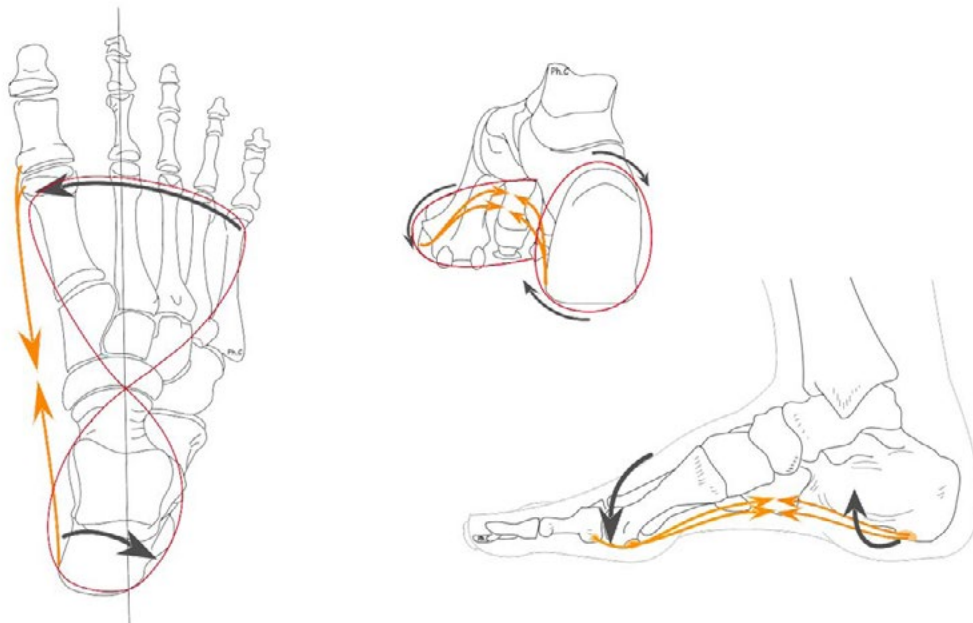

FORMATION PODO-POSTUROLOGIE

Les chaînes de tension myo-fasciales et osteo-articulaires



Apport du concept des chaînes musculaires et articulaires GDS
dans la pratique du podologue

MODULE 1

Introduction - Notions de base

Introduction : apport du concept des chaînes musculaires et articulaires dans la pratique du podologue.

- **Présentation du concept :**

Idées fortes

- **Le muscle outil de l'expression psycho-corporelle :**

Le langage parlé du corps

Le langage gravé du corps

Qu'est-ce qui induit la constitution de chaînes de tension myo-fasciale ?

Atelier pratique : observations des différents déséquilibres - le bouquet.

Présentation des 6 structures de base et des chaînes correspondantes :

caractéristiques comportementales et caractéristiques posturales :

Structure AM Antéro-Médiane)

Structure PM Postéro-Médiane

Structure PA-AP Postéro-Antérieure - Antéro-Postérieure

Structure AL Antéro-Latérale

Structure PL Postéro-Latérale

Notions de fiefs et de résidences :

Les résidences

Les fiefs :

Théorie

Pratique

Les pivots primaires

La penta-coordination entre les structures :

Théorie

Pratique

L'asymétrie physiologique du corps

Equilibre de l'homme debout

L'équilibre du membre inférieur et du pied, du point de vue du concept des chaînes musculaires et articulaires :

Pratique

Théorie

Données utiles pour lire les résultats sur plateforme podométrique :

En statique

En dynamique

MODULE 2

Les chaînes de la personnalité AM et PM : AM et l'ancrage PM chaîne de la bipédie

Notions de physiologie musculaire

Présentation des chaînes Antéro-Médianes : AM

Comportement psychologique susceptible d'engendrer la constitution de chaînes de tension myofasciale AM

Pratique : marquage sur le corps des trajets musculo-aponévrotiques.

Empreintes utiles de l'AM

Présentation de l'archétype AM sur plateforme en statique, puis en dynamique.

Empreintes dérangeantes sur le membre inférieur et dysfonctions concernant le podologue

Pratique : Repères cliniques révélateurs d'une dominance AM, tests d'élasticité

Action-réaction entre chaînes antagonistes :

AM causale - PM réactive

AM causale -PL réactive

Les éléments inhibiteurs et de stimulation propres à la chaîne AM

La chaussure idéale : pour les performeurs, pour la prévention.

Précautions spécifiques et choix des techniques propres au terrain AM dominant

Où commencer le traitement ?

Auto-exercices

Présentation des chaînes Postéro-Médianes : PM

Comportement psychologique susceptible d'engendrer la constitution de chaînes de tension myofasciale PM

Pratique : marquage sur le corps des trajets musculo-aponévrotiques.

Empreintes utiles de PM : Chaînes de la bipédie : le soléaire et la verticalité du tibia, les ischio-tibiaux gardiens de l'horizontalité de la masse pelvienne, le grand fessier et l'ancrage du sacrum entre les os coxaux.

Présentation de l'archétype PM sur plateforme en statique, puis en dynamique.

Empreintes dérangeantes

Pratique : Repères cliniques révélateurs d'une dominance de PM, tests d'élasticité

Précautions spécifiques et choix des techniques propres au terrain PM dominant

Où commencer le traitement ?
Auto-exercices

Action-réaction entre chaînes antagonistes :

PM causale - AM réactive
PM causale - PAAP réactive

Visibilité des escalades de tension sur plateforme en statique et dynamique

Les éléments inhibiteurs et de stimulation propres au terrain PM
La chaussure idéale : pour les performeurs, pour la prévention.

MODULE 3

Les chaînes PA et AP

PA chaîne anti-gravitaire

AP gardienne des lordoses

Les rythmes du corps

Présentation des chaînes Postéro-Antérieures et Antéro-Postérieures :

PA et AP couple de tensions réciproques. Les rythmes du corps.

Comportement psychologique susceptible d'engendrer la constitution de chaînes de tension myofasciale PA AP

Pratique : marquage sur le corps des trajets musculo-aponévrotiques.

Empreintes utiles : PA chaîne anti-gravitaire - AP gardienne des lordoses.

Pratique : Atelier de relance de la rythmicité PA - AP.

Empreintes dérangeantes sur le membre inférieur et dysfonctions concernant le podologue

Pratique : Repères cliniques révélateurs d'une dominance PA, AP ou PA-AP, test d'élasticité

Présentation des archétypes PA, AP adynamique et PA-AP sur plateforme en statique, puis en dynamique

Action-réaction entre chaînes antagonistes :

PA-AP causale - PM réactive

PA-AP causale - AL réactive

Visibilité des escalades de tension sur plateforme en statique et dynamique**Les éléments inhibiteurs et de stimulation propres aux terrains PA et AP,****La chaussure idéale : pour les performeurs, pour la prévention.****Précautions spécifiques et choix des techniques propres au terrain PA-AP dominant.****Quelle priorité ?**

Auto-exercices

Visibilité des escalades de tension sur plateforme en statique et dynamique**Empreintes dérangeantes sur le membre inférieur et dysfonctions concernant le podologue**

Précautions spécifiques et choix des techniques propres au terrain PA AP dominant

Quelle priorité ?

Auto-exercices.

MODULE 4

Les chaînes relationnelles AL et PL :**Chaînes croisées - les torsions****Présentation des chaînes Antéro-Latérales - AL chaînes de défense.****Comportement psychologique susceptible d'engendrer la constitution de chaînes de tension myofasciale AL**

Pratique : marquage sur le corps des trajets musculo-aponévrotiques.

Empreintes utiles de AL : Déploiement de l'aile iliaque, Arrimage de l'épaule par le grand dorsal...**Présentation de l'archétype AL sur plateforme en statique, puis en dynamique.****Empreintes dérangeantes AL**

Pratique : Repères cliniques révélateurs d'une dominance AL, tests d'élasticité

Présentation de l'archétype AL sur plateforme en statique, puis en dynamique.

Action-réaction entre chaînes antagonistes :

AL causale - PL réactive
 AL causale - PA AP réactive

Visibilité des escalades de tension sur plateforme en statique et dynamique

**Les éléments inhibiteurs et de stimulation propres au terrain AL,
 La chaussure idéale : pour les performeurs, pour la prévention.**

Précautions spécifiques et choix des techniques propre au terrain AL dominant.

Quelle priorité ?
 Auto-exercices

Présentation des chaînes Postéro-latérales : PL**Comportement psychologique susceptible d'engendrer la constitution de chaînes de tension myofasciale AL**

Pratique : marquage sur le corps des trajets musculo-aponévrotiques.

Empreintes utiles de PL : Conséquences dans la marche et la course.**Présentation de l'archétype PL sur plateforme en statique, puis en dynamique****Empreintes dérangeantes**

Pratique : Repères cliniques révélateurs d'une dominance PL, tests d'élasticité

Présentation de l'archétype PL sur plateforme en statique, puis en dynamique.**Action-réaction entre chaînes antagonistes :**

PL causale - AL réactive
 PL causale - AM réactive

Visibilité des escalades de tension sur plateforme en statique et dynamique

**Les éléments inhibiteurs et de stimulation propres au terrain PL,
 La chaussure idéale : pour les performeurs, pour la prévention.**

Précautions spécifiques et choix des techniques propre au terrain PM dominant

Quelle priorité ?
 Auto-exercices

MODULE 5

Tests et analyse - Etudes de cas

Analyse morphologique globale : Le flash - La pulsion globale du moment.

Anomalies dans les pivots et leviers - Position des masses en fonction de la typologie

Analyse morphologique segmentaire

Tests d'élasticité des chaînes et circuit d'étirement

Stratégies de traitement en fonction des triangles

Etude au cas par cas, en clinique puis sur plateforme. Proposition de stratégies de traitement semelles, chaussures, thérapie manuelle et auto-exercices.

Bases d'une coopération Podologue - Kinésithérapeute formés au concept

Conclusions

MODULE 6

Les déséquilibres pelviens

La distorsion sacro-iliaque et les rotations globales du pelvis compensatrices

Place du bassin dans l'architecture corporelle

Pratique : Prise de conscience de son propre bassin

Incidence de la coxo-fémorale sur la physiologie du membre inférieur

Les forces nutantes de la sacro-iliaque :

Les chaînes postéro-latérales favorisent la nutation de l'os coxal

Les chaînes postéro-médianes favorisent la nutation du sacrum

Les forces contre-nutantes de la sacro-iliaque :

Les chaînes antéro-latérales et la contre-nutation de l'os coxal

Les chaînes antéro-médianes et la contre-nutation du sacrum

Il existe un schéma asymétrique physiologique du bassin

Passage d'un schéma asymétrique physiologique à une distorsion sacro-iliaque exagérée

Les rotations globales du bassin compensatrices de la distorsion sacro-iliaque

Répercussions de la distorsion sacro-iliaque sur le haubanage de la colonne lombaire

Pratique : Tests pour différencier une distorsion sacro-iliaque d'une rotation globale du pelvis.

Pratique : Le test du pencher en avant

Pratique : Repères osseux pour la mise en évidence d'une distorsion pelvienne

Etude au cas par cas, en clinique puis sur plateforme. Proposition de stratégies de traitement semelles, chaussures, thérapie manuelle et auto-exercices.

Conclusions

Retrouvez toutes les
informations pratiques sur le site
www.philippe-campaignion.com
rubrique **FORMATION PODOLOGUES**

CONTACT

POSTURES & MOUVEMENT
6 rue de la Cavée
62690 Camblain-L'Abbé
+33 (0) 6 58 69 85 64
formation.cfpc@gmail.com