

### **Article 1 : public visé**

Cette formation s'adresse au personnel médical et paramédical (médecin, kinésithérapeute, ostéopathe, podologue, ergothérapeute, infirmier).

### **Article 2 : pré-requis nécessaire pour suivre la formation**

Pour suivre cette formation, le stagiaire doit pouvoir attester de son titre en fournissant une photocopie de son ou de ses diplômes qui lui sera rendu sur place.

### **Article 3 : objectifs et programme de la formation Taping neuro musculaire & Strapping**

Apprendre et pratiquer ces deux techniques de contentions qui sont complémentaires et indispensables pour tous les professionnels précédemment cités. Mais aussi, entretien et perfectionnement des connaissances à la fois théoriques et pratiques pour ceux qui utilisent déjà ces deux techniques.

Le strapping et le taping sont regroupés en 21 heures de pratique afin que vous puissiez découvrir les champs d'application de chaque méthode. Notre enseignement est essentiellement basé sur la connaissance et l'apprentissage des principes de pose pour chaque technique. En maîtrisant ces deux techniques complémentaires, vous serez plus précis dans vos indications de poses et multiplierez vos moyens de traitement.

Cette formation complète permet d'acquérir les gestes justes, de comprendre quand et comment utiliser ces deux techniques pour en faire une utilisation quotidienne en cabinet comme sur le terrain.

### **Programme du séminaire**

Que ce soit en utilisation thérapeutique ou préventive, nous aborderons avec cette technique, les différentes pathologies que sont les entorses, les tendinites et les problèmes musculaires. Nous verrons également comment favoriser le drainage d'un membre ou d'une articulation et comment s'adapter à des conditions particulières.

### **Durée**

2 jours et 1/2 (21 heures)

### **Déroulement**

➤ **Jour 1 : vendredi 14h30 - 19h 30**

Questionnaire préformation.

Tour de table pour établir un diagnostic préalable et pour identifier ainsi les besoins de chaque stagiaire.

Présentation des deux techniques. Aller et retour entre théorie et pratique.

**Taping** : Apprentissage de 4 grands types de pose qui permettent d'obtenir différents effets :

- pose sans tension sur des tissus étirés : pour des effets, drainant, relaxant, décontracturant, oxygénant ou antalgique
- pose avec tension sur des tissus positionnés en position plus raccourcis : pour des effets, stimulant, tonifiant, extéroceptif ou éducatif
- pose avec tension sur des tissus étirés : pour des effets, dé-compressif, antalgique (effet ventouse)
- pose avec tension mais cette fois transversalement par rapport aux tissus : pour des effets, correcteur, détente ou antalgie.

Possibilité d'association de plusieurs montages.

**Strapping** : Il y a 2 grands types de pose à connaître qui permettent d'obtenir différents effets :

- les bandes limitatives : qui vont avoir un rôle sélectif en réduisant la course d'un mouvement,
- les bandes circulaires ou en huit posées avec pression : qui vont renforcer une zone en soutenant les différents tissus.

Une fois que vous avez compris ces grands principes, on les adapte aux différentes pathologies ou problèmes rencontrés, des pieds à la tête...

➤ **Jour 2 : samedi 8h30–12h30**

### **Membres inférieurs**

- **Le pied :**

**Strapping** : l'hallux valgus, l'entorse du médio-tarse (chopart, tarso-métatarsienne), le syndrome postérieur, l'aponévrosite plantaire, les douleurs capsulaires antérieures, la fracture de métatarsien, fracture parcellaire d'une phalange.

**Taping** : détente du fascia-plantaire, décompression plantaire, drainage du pied, stimulations plantaires.

- **La cheville :**

**Strapping** : l'entorse de la tibio-tarsienne (montage préventif et thérapeutique) et de la sous-taliennne, douleur ligament collatéral médial.

**Taping** : drainage de la cheville, stimulations des fibulaires, détente des fibulaires et du tibial antérieur et tibial postérieur.

➤ **Jour 2 : samedi 13h30–18h30**

- **La jambe :**

**Strapping** : la tendinite du tendon d'Achille, la tendinite du tibial antérieur, lésion musculaire du triceps.

**Taping** : la tendinite du tendon d'Achille débutante, tensions du tibial antérieur et postérieur, la périostite tibiale, reprise après lésion musculaire du triceps.

- **Le genou :**

**Strapping** : l'entorse du genou (atteinte LCM et du LCA), la tendinite patellaire, la sub-luxation de la patella.

**Taping** : reprise après entorse du LCM grade 1, la tendinite patellaire débutante, dégénérescence fémoro-patellaire et fémoro-tibiale, drainage du genou.

- **La cuisse :**

**Strapping** : la déchirure musculaire (ischio-jambiers, adducteurs, quadriceps).

**Taping** : drainage (des ischio-jambiers, du quadriceps, des adducteurs), le syndrome de l'essuie-glace, tonification des ischio-jambiers, du quadriceps des adducteurs, tendinite moyen fessier.

➤ **Jour 3 : dimanche 8h00–12h30**

### **Le tronc et le torse** La région lombo-abdominale :

**Strapping** : la lombalgie aiguë, la lombalgie chronique, la déchirure des obliques.

**Taping** : éducatif au respect de l'axialité lombaire (lombalgie chronique), tension des para-vertébraux lombaires, douleur ponctuelle ligamentaire, stimulation des obliques (pubalgie), détente du psoas.

- **Le thorax et la région dorsale :**

**Strapping** : la contusion thoracique, la fracture parcellaire de côte.

**Taping** : détente de la musculature dorsale, stimulation pour lutter contre la cyphose dorsale.

- **La région cervicale :**

**Taping** : contracture des trapèzes, tensions cervicales, contracture de l'élévateur de la scapula.

### **Membres supérieurs**

- **L'épaule :**

**Strapping** : l'entorse acromio-claviculaire, entorse gléno-humérale.

**Taping** : la tendinite du supra-épineux, conflit sous acromial, épaule gelée, le drainage de l'épaule, détente des ronds.

- **Le bras :**

**Strapping** : la tendinite du long biceps.

**Taping** : la tendinite du long biceps débutante, la tonification du deltoïde, le drainage du bras et du membre supérieur.

➤ **Jour 3 : dimanche 13h30–16h00**

- **Le coude :**

**Strapping** : l'entorse du coude, la limitation de l'hyper-extension.

**Taping** : l'épicondylite médiale, l'épicondylite latérale, le drainage du coude.

- **Le poignet :**

**Strapping** : l'entorse du poignet, la tendinite des fléchisseurs et des extenseurs du carpe.

**Taping** : le syndrome du canal carpien, les douleurs tendineuses, le drainage du poignet.

- **La main :**

**Strapping** : les entorses de la colonne du pouce, l'entorse des MP et des IP des doigts.

**Taping** : détente de la loge thénar, le drainage de la main et des doigts. **Divers taping** : les cicatrices, problèmes viscéraux...

**Évaluation pratique de chaque stagiaire afin de valider l'utilisation de ces deux techniques.**

**FORMATEURS :**

***Christophe GEOFFROY** – Kinésithérapeute du sport attaché à la FFF, Spécialiste en thérapie manuelle. Enseignant Universitaire, auteur d'ouvrages. Il enseigne dans de nombreuses écoles de kinésithérapie et en Université. Il est l'auteur de nombreux ouvrages, dont le "Guide pratique des contentions strapping et taping"*

**SPORMEL sarl**

Editions – Formation C. Geoffroy

2, rue du Bac – 51480 Cumières

Numéro de certification QUALIOPPI : 96319.1

Numéro d'identification DATA DOCK : 0014200

Numéro de déclaration d'activité : 21 51 01435 51

Attribué le 23/03/2010 auprès du préfet de la région Champagne-Ardenne