



FORMA-STRUCTURE
5 RUE ALFRED DE VIGNY
59600 MAUBEUGE
SIRET 80128862200013

PROGRAMME : TECHNIQUES VERTICALES

DUREE : 2JOUR, horaires : 8H30 à 12H30 et 14H00 à 17H30

Toutes les techniques assises du sacrum aux cervicales

Les techniques structurelles sont aujourd'hui peu utilisées car difficile à exécutées. Sa pratique est considérée comme dangereuse, nous verrons justement durant ce stage, tout la mise en place en respectant les plans articulaires, sans mise en tension, sans couple de force justement pour acquérir une efficacité et une sécurité maximum.

J1 MATIN

8H30 A 10H30 THEORIE

TESTS ET EVALUTIONS PRES FORMATION

Intérêts

Notion de chaine montante

Diagnostiques d'exclusions

Indications et contre-indications

Mise en place et modalités

Adaptation à l'aigu

10H30 A 10H45 PAUSE

10H45 A 12H30 PRATIQUE SACRUM ET LOMBAIRES

SACRUM EN FLEXION ET EXTENTION

LOMBAIRES

- PRESENTATION
 - MISE EN PLACE
 - MODALITE
 - APPLICATIONS PEDAGOGIQUES
- APPLICATIONS THERAPEUTIQUES

J1 APRES MIDI DORSALES COTES

14H00 A 16H00 PRATIQUE

DORSALES BASSES MOYENNES ET HAUTES
COTES EN EXPIRATION ET INSPIRATION
PREMIERE COTE

- PRESENTATION
- MISE EN PLACE
- MODALITE
- APPLICATIONS PEDAGOGIQUES

APPLICATIONS THERAPEUTIQUES

16H00 A 16H15 PAUSE

16H15 A 18H00 THEORIE

Aspect neurovégétatif

Aspect proprioceptif

J2 MATIN CERVICALES MOYENNES

8H30 A 10H30 THEORIE

RAPPELS ANATOMIQUES
RAPPELS BIOMECANIQUE
REGLES DE SECURITE

10H30 A 10H45 PAUSE

10H45 A 12H30 PRATIQUE

C7D1

CERVICALES MOYENNES ET HAUTES

- PRESENTATION
- MISE EN PLACE
- MODALITE
- APPLICATIONS PEDAGOGIQUES

APPLICATIONS THERAPEUTIQUES

J2 APRES MIDI CERVICALES HAUTES

14H00 A 16H00 PRATIQUE

CERVICALES HAUTES

- PRESENTATION
- MISE EN PLACE
- MODALITE
- APPLICATIONS PEDAGOGIQUES
- APPLICATIONS THERAPEUTIQUES

16H00 A 16H15 PAUSE

16H15 A 18H00 PRATIQUE

C1 EN LATERALITE

OCCIPUT

- PRESENTATION
- MISE EN PLACE
- MODALITE
- APPLICATIONS PEDAGOGIQUES
- APPLICATIONS THERAPEUTIQUES

CONCLUSION ET TABLE RONDE

TESTS ET EVALUATION POST FORMATION