

PROGRAMME DETAILLE

Reboutement

JOUR 1 - MEMBRE SUPÉRIEUR

A) ÉPAULE

Objectifs pédagogiques : À l'issue de ce module, le participant sera capable de :

- Identifier et palper avec précision les structures osseuses, articulaires et musculaires de l'épaule.
- Comprendre le fonctionnement biomécanique du complexe de l'épaule.
- Diagnostiquer une subluxation antérieure ou supérieure.
- Réaliser des mobilisations sécurisées de la glène et de l'omo-thoracique.
- Appliquer des techniques de récupération de l'extensibilité musculaire ciblée.
- Adapter les techniques en fonction de la pathologie et du patient.

Indicateurs d'évaluation :

- Le participant identifie correctement au moins 80 % des repères palpatoires de l'épaule.
- Il réalise une mobilisation de la glène et de l'omo-thoracique en respectant les règles de sécurité.
- Il choisit une technique adaptée à une situation clinique donnée.
- Il explique les objectifs thérapeutiques de chaque technique.

B) COUDE

Objectifs pédagogiques :

- Repères palpatoires du coude.
- Identifier les restrictions de mobilité.
- Mettre en oeuvre des levées de tension et mobilisations globales.
- Traiter les troubles musculo-tendineux de l'avant-bras.

Indicateurs d'évaluation :

- Localisation correcte des structures anatomiques du coude.
- Réalisation d'une levée de tension fluide et précise.
- Capacité à analyser une limitation de mobilité.
- Choix cohérent de la technique proposée

C) POIGNET ET DOIGTS

Objectifs pédagogiques :

- Palper les os du carpe et les structures tendineuses.
- Réaliser des mobilisations spécifiques du scaphoïde, lunatum et capitatum.
- Reconnaître un syndrome du canal carpien.

- Appliquer des techniques de levée de tension et de friction adaptées.
- Améliorer la fonction digitale et la préhension.

Indicateurs d'évaluation :

- Identification correcte des os du carpe.
- Exécution maîtrisée d'une mobilisation spécifique.

FKNL contact@fknf.fr Tel : 0383288330 Organisme de formation N° 41540295854

www.fknf.fr 18, rue Aristide Briand 54520 LAXOU SIRET : 51525359900010

- Reconnaissance des signes du syndrome du canal carpien.
- Application d'une friction adaptée sans douleur excessive.

JOUR 2 - MEMBRE INFÉRIEUR

A) HANCHE

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les structures anatomiques de la hanche.
- Réaliser un test coxo-fémoral fiable.
- Appliquer des techniques d'équilibration articulaire.
- Traiter les tensions ligamentaires et musculaires.
- Améliorer la mobilité et la stabilité de la hanche.

Indicateurs d'évaluation :

- Réalisation correcte du test coxo-fémoral.
- Choix pertinent des techniques d'équilibration.
- Respect de l'ergonomie du thérapeute.
- Justification clinique du geste réalisé.

B) CUISSE

Objectifs pédagogiques :

- Palper les muscles de la cuisse.
- Détecter les hypo-extensibilités musculaires.
- Réaliser des levées de tension spécifiques.
- Diminuer les douleurs myo-fasciales.

Indicateurs d'évaluation :

- Identification des muscles concernés.
- Détection d'une hypo-extensibilité musculaire.

- Exécution contrôlée d'une levée de tension

C) GENOU

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les structures anatomiques du genou.
- Évaluer la mobilité tibio-fémorale.
- Appliquer des techniques de traction et de mobilisation.
- Traiter les déséquilibres musculaires péri-articulaires.
- Améliorer la stabilité fonctionnelle du genou.

Indicateurs d'évaluation :

- Localisation précise des structures du genou.
- Réalisation correcte de la traction tibiale.
- Capacité à proposer une stratégie de traitement.

D) CHEVILLE ET PIED

FKNL contact@fknf.fr Tel : 0383288330 Organisme de formation N° 41540295854

www.fknf.fr 18, rue Aristide Briand 54520 LAXOU SIRET : 51525359900010

Objectifs pédagogiques :

- Palper les os et ligaments du pied.
- Identifier les restrictions de mobilité.
- Réaliser des mobilisations articulaires spécifiques.
- Traiter les troubles musculo-tendineux.
- Optimiser l'appui et la propulsion.

Indicateurs d'évaluation :

- Repérage des os et ligaments.
- Mobilisation tibio-tarsienne et sous-astragaliennne maîtrisée.
- Amélioration observable de la mobilité articulaire

JOUR 3 - BASSIN ET COLONNE

A) BASSIN ET LOMBAIRES (travail ligamentaire)

Objectifs pédagogiques :

- Identifier les structures ligamentaires du bassin et du rachis lombaire.
- Traiter les hypo-extensibilités capsulo-ligamentaires.
- Améliorer la mobilité lombo-pelviennne.
- Diminuer les douleurs mécaniques.

Indicateurs d'évaluation :

- Identification des structures ligamentaires.
- Application précise des techniques.
- Diminution des zones douloureuses après traitement
-

B) ILIUM ET SACRUM

Objectifs pédagogiques :

- Palper les repères du bassin.
- Identifier une dysfonction ilio-sacrée.
- Réaliser des mobilisations correctrices.
- Restaurer l'équilibre pelvien.

Indicateurs d'évaluation :

- Diagnostic d'une dysfonction ilio-sacrée.
- Mobilisation correcte dans le bon sens.
- Amélioration de la mobilité post-technique.

C) LOMBAIRES

Objectifs pédagogiques :

- Évaluer la liberté lombaire.
- Réaliser des mobilisations sécurisées.
- Traiter le carré des lombes et le pyramidal.
- Prendre en charge sciatique et lumbago aigu.

Indicateurs d'évaluation :

FKNL contact@fknf.fr Tel : 0383288330 Organisme de formation N° 41540295854

www.fknf.fr 18, rue Aristide Briand 54520 LAXOU SIRET : 51525359900010

- Réalisation d'un test de liberté lombaire.
- Choix pertinent des techniques.
- Explication claire au patient.

D) DORSALES ET CÔTES

Objectifs pédagogiques :

- Palper les vertèbres dorsales et les côtes.
- Identifier les restrictions de mobilité costo-vertébrales.
- Réaliser des mobilisations spécifiques.
- Traiter les torticolis d'origine dorsale ou costale.

Indicateurs d'évaluation :

- Palpation précise des vertèbres et côtes.
- Mobilisation ciblée et sécurisée.
- Réduction de la douleur ou amélioration fonctionnelle.

Bibliographie - Reboutement musculaire / Thérapie manuelle des tissus mous

1. Anatomie palpatoire et bases indispensables

Tixa Serge

- Atlas d'anatomie palpatoire – Tome 1 : Cou, tronc, membre supérieur
- Atlas d'anatomie palpatoire – Tome 2 : Membre inférieur

Muscolino Joseph

- Manuel de palpation osseuse et musculaire

Netter Frank

- Atlas d'anatomie humaine

2. Thérapie manuelle orthopédique et traitement des tissus mous

Greenman Philip

- Principles of Manual Medicine

Maitland Geoffrey

- Manipulation vertébrale et périphérique

Kaltenborn Freddy

- Manual Mobilization of the Joints

3. Approche myofasciale et traitement musculaire

Travell & Simons

- Myofascial Pain and Dysfunction – The Trigger Point Manual

Myers Thomas

- Anatomy Trains

Barnes John

- Myofascial Release

4. Approche clinique du sportif et traumatologie**Rodineau & Saillant**

- Pathologie musculaire du sportif

Bruckner & Khan

- Clinical Sports Medicine.

Geoffroy Christophe

- Guide des étirements du sportif

5. Thérapies manuelles complémentaires proches du reboutement**Bienfait Marcel**

Bases physiologiques de la thérapie manuelle

Busquet Léopold

- Les chaînes physiologiques

Vandewalle Jean-Yves

- Traité pratique de crochelage myo-aponévrotique

6. Recherches scientifiques sur thérapies manuelles des tissus mous**Bialosky et al., 2009**

- "Mechanisms of Manual Therapy".

Ajimsha et al., 2015

- Effets du relâchement myofascial sur douleur et fonction.

Cheatham et al., 2015

- Revue systématique sur les techniques myofasciales.

FKNL contact@fknf.fr Tel : 0383288330 Organisme de formation N° 41540295854

www.fknf.fr 18, rue Aristide Briand 54520 LAXOU SIRET : 51525359900010

FKNL **contact@fknf.fr** Tel : 0383288330 Organisme de formation N° 41540295854
www.fknf.fr 18, rue Aristide Briand 54520 LAXOU SIRET : 51525359900010