



Course à pied : diagnostic et blessures du coureur

En France, plus de 12 millions de personnes pratiquent la course à pied.

En tant que kinésithérapeute, vous souhaitez leur proposer une prise en charge individualisée ?

Cette formation est faite pour vous. Face aux études et concepts qui s'opposent sur le sujet, cette formation se veut la plus neutre possible.

Dans un premier temps, nous détaillerons les clés théoriques et pratiques essentielles à la bonne compréhension des différentes caractéristiques autour de la course à pied.

Du coureur du dimanche à la personne licenciée ou professionnelle, nous verrons comment intégrer ces données pour établir une prise en charge de qualité.

Nous prendrons en main l'outil vidéo, très apprécié par les patients pour la bonne observance du traitement qui en découle. Nous aborderons également les différentes typologies de la douleur, capitale pour effectuer un bon diagnostic différentiel. Tendinopathie d'Achille, syndrome de l'essuie glace, aponévropathie plantaire, tendinopathie du moyen fessier : nous verrons les axes de prise en charge de ces syndromes fréquents.

Cette formation sera ponctuée de mises en situation filmées au cabinet.

Ainsi, vous pourrez intégrer la prise en charge du coureur à votre pratique quotidienne dès demain.

PRISE EN CHARGE	DURÉE	OBLIGATION TRIENNALE
OPCO	14 heures	NON

Les objectifs pédagogiques

- Connaître et reconnaître les différentes spécificités liées à la course à pied et au coureur
- Utiliser l'outil vidéo pour une analyse simple, pertinente et rigoureuse en cabinet libéral
- Établir un bilan individualisé à chaque personne en fonction de sa demande, sa blessure et ses caractéristiques
- Améliorer son diagnostic clinique
- Comprendre la démarche diagnostic et thérapeutique qui en découle
- Découvrir de nouvelles méthodes thérapeutiques
- Connaître et reconnaître les différents profils de patients qui se présenteront au cabinet
- Faire du lien au travers de 4 pathologies fréquemment rencontrées en course à pied

Le programme pour maîtriser la prise en charge du coureur et apportez-lui un suivi adapté.

(2x3 heures EPP + 8 heures formation continue)

Évaluation initiale des connaissances

- a. Présentation d'un outil de bilan numérique
- b. Bilan de la course à pied 1
- c. Analyse de la douleur
- d. Précision de la typologie neurologique
- e. Bilan de la course à pied 2

Évaluation des pratiques professionnelles - 1er tour d'audit (3 heures)

1. Introduction (5 min)
2. Course à pied (75 min)
 - a. Historique de la course à pied
 - b. Biomécaniques de course, courants de pensée
 - c. Étude dans le domaine de la course à pied
 - d. Caractéristique à analyser 1 : La foulée
 - e. Caractéristique à analyser 2 : La cadence
 - f. Caractéristique à analyser 3 : L'indice minimaliste

Applications cliniques (120 min)

- a. Introduction application clinique
- b. Aponévropathie plantaire
- c. La tendinopathie d'Achille
- d. Le syndrome de l'essuie-glace
- e. La tendinopathie du moyen fessier

6. Conclusion (10 min)

Évaluation des pratiques professionnelles - 2ème tour d'audit (3 heures)

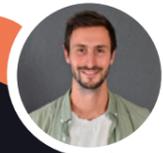
Questionnaire final d'avis sur la formation

3. Prise en charge en cabinet libéral (60 min)
 - a. Le débutant déjà sportif
 - b. Le débutant sédentaire / ALD
 - c. Le coureur de loisir blessé ou non

4. Mise en place d'un bilan en course à pied (65 min)

[Cliquez ici pour vous inscrire](#)





Adrien ROUCHALEOU

Course à pied :
diagnostic et blessures du coureur



Adrien ROUCHALEOU

Votre conférencier



Adrien ROUCHALEOU

Passionné par l'approche globale et individuelle du coureur à pied et exerçant dans un centre de sport santé, il vous partagera ses méthodes et ses outils pour une analyse simple, pertinente et rigoureuse en intégrant notamment l'outil vidéo en cabinet libéral. Fort de ses diplômes de kinésithérapie du sport et d'ostéopathie, il vous propose de partager un bilan spécifique facilement reproductible, se basant sur les spécificités du coureur à pied et sur l'approche de diagnostic différentiel pour traiter au mieux les pathologies fréquemment rencontrées en course à pied.



Public concerné et matériels nécessaires :

Cette action s'adresse aux kinésithérapeutes, diplômés, du débutant au professionnel de santé aguerri. L'accès à la formation nécessite une connexion internet et du matériel informatique tel qu'un ordinateur, tablette ou smartphone.

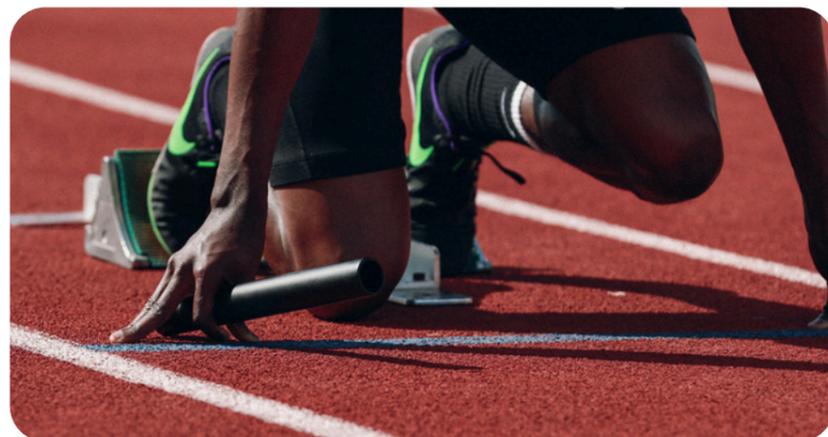
Aucun pré-requis nécessaire.

Le type d'évaluation pratiqué :

Nous pratiquons à chaque étape de la formation des évaluations :

- Évaluation initiale des connaissances
- Exercices et auto-évaluations, avec correction détaillée après chaque partie.
- Questionnaire final d'évaluation.
- Questionnaire final d'avis sur la formation.

[Cliquez ici pour vous inscrire](#)



Informations pratiques

Janvier 2025

Thème : S06-043 Kinésithérapie du sport

NACPRO : S0320230140010

Organisme DPC N° 9105

- Formation e-learning, vidéos et contenu accessibles en illimité
- Fiches pratiques téléchargeables et certificat validant
- Éligible OPCO
- Période pour suivre la formation : 3 mois
- Groupe privé d'entraide destiné aux inscrits

[Cliquez ici pour retrouver toutes les dates de sessions DPC de la formation.](#)