

Formations C.Geoffroy

Automne 2016

Formations pratiques encadrées par des experts



Taping & Strapping

Coaching et prévention niveau 1 et 2

Elargir vos compétences
Découvrir de nouvelles techniques
Travailler avec des sportifs
Intervenir en entreprise
Donner d'autres orientations à
votre profession

Nos formations pratiques, s'adressent aux kinésithérapeutes mais également aux podologues, aux préparateurs physiques et autres professionnels qui souhaitent encadrer et s'occuper de personnes sportives ou non, que se soit à titre individuel ou collectif, en cabinet ou sur le terrain.

www.kineformetsante.fr

L'humain au centre de nos préoccupations

La prévention est la préoccupation majeure d'un sportif de haut niveau, pourquoi serait-elle réservée uniquement à ces individus?
Avec plus de 10 ans d'expérience, le concept *Kiné form & santé*®, s'appuie toujours sur une même logique de démonstration quel que soit la personne, le milieu d'intervention et le type d'action à réaliser :

Comprendre
Se situer
Apprendre
Agir

L'observation, le bon sens nous ramènent à la réalité : apprenons à mieux utiliser notre corps au quotidien ! En s'appuyant sur l'anatomie, la biomécanique et la physiologie du corps humain, dans un langage adapté à tous, les conseils ont une toute autre valeur.

Durée de la formation > 2 séminaires niveaux 1 et 2

Les liens puissants entre la théorie et la pratique et l'acquisition d'une méthode d'élaboration de contenus sont à la base de cette formation pas comme les autres

La méthode *Kiné form & santé*® vous apprend
A communiquer
A se valoriser



Devenez un acteur de la prévention avec le concept *Kiné form & santé*®

A l'heure, ou la prévention possède un fort potentiel car les institutions ont enfin compris qu'elle constituait un puissant facteur d'amélioration de la santé Publique. Peu de professionnels investissent ce champ d'intervention, faute de savoir-faire. Pourtant les demandes des particuliers et des entreprises sont en constante augmentation.

Un concept labellisé
Une formation clé en main
Une organisation performante
Des actions pré-vendus pour vous
Des outils adaptés

Devenez un expert en prévention avec des professionnels

Christophe Geoffroy

Kinésithérapeute du sport (équipe de France de football);
Intervenant universitaire en préparation physique;
Expert en prévention et formateur en entreprise;
Auteur d'ouvrages.



Gil Coquard

Professeur agrégé d'EPS;
Enseignant Universitaire UFR STAPS;
Ex : entraîneur et préparateur physique LOU rugby;
Sélectionneur et entraîneur de l'équipe nationale Suisse rugby.

COACHING & PREVENTION

Niveau I

Bien utiliser son corps au quotidien

Les bases de la prévention primaire

Aacquérir des connaissances pratiques pour encadrer et conseiller vos patients ou clients. Construire des programmes structurés et hiérarchisés avec :
Utilisez une méthode, des outils, un fil conducteur.
Une communication et organisation très professionnelle.



Présentation du concept **Kiné form & santé®**
L'appareil locomoteur et ses zones à risques
Les fiches bilans et les évaluations indispensables
Les solutions : les techniques et outils à utiliser
Les carnets de pratique

Élaboration du dossier de prise en charge

Bilan et évaluation simples et facilement reproductibles, répertoriés en 3 fiches bilans ou **les indicateurs de risques de blessures**

- Les éducatifs de base, la souplesse – la force – l'équilibre, les capacités aérobies
- Déterminer une valeur de travail ou l'approcher : la RM, la VMA ou PMA

Tous ces différents tests seront réalisés en salle ou en extérieur

Les techniques et les outils à utiliser : exigence – précision

Les bases : apprendre à mieux gérer son corps au quotidien;

- Axialité lombaire – hypo-pression- positions économiques – respiration - gainage et renforcement musculaire - étirements – l'échauffement

Tous ces différents exercices seront réalisés en salle ou en gymnase

Élaboration des programmes du plan d'action :

Améliorer ou entretenir sa condition physique : Séances et programme en fonction d'un objectif précis (endurance/performance/hypertrophie/force).

Nouvelles méthodes de travail : concevoir son local, matériel adapté : gymballon, TRX®, les résistances élastiques, circuit training, high intensity interval training;

Communication et méthode de vente

Niveau I

Intervention en entreprise

Comment s'y prendre ?

Acquisition de connaissances

Décryptage des situations à risque et les solutions

Constats - solutions - mise en situation pratique

- Réflexion sur le mode de vie qui pénalise notre corps
- Les mouvements habituels
- Les mouvements répétitifs
- La manutention, le port de charge
- Les positions statiques : assise, debout

Les tests pour évaluer les risques TMS (*dossiers tests*)

- Education - force - souplesse - équilibre –endurance
- Evaluation au poste de travail

Organisation des actions

Les outils pédagogiques

- Construire son diaporama 1ère partie (un seul fil conducteur)
- les questionnaires
- les documents à remettre (fiche coach - fiche conseils - posters)
- La communication, la tarification

Le cahier des charges (avant - pendant - après)

- le matériel à prévoir
- établir une convention
- la facturation
- feuille de présence



COACHING & PREVENTION

Réadaptation en fonction des problèmes

La prévention secondaire

Niveau II

Affiner notre approche préventive. Apprendre à construire des programmes individualisés à visée prophylactique, par région, en amont des blessures ou après un traumatisme, anticiper les erreurs....

Retour sur le niveau 1 :

Mise en situation construire un plan d'action en fonction des problématiques : les séniors, la perte de poids, le débutant, l'amélioration de la performance.
Construire des séances d'intermittent individualisées.

La réadaptation sur le terrain : généralités

La réadaptation sur le terrain : spécifique

Atteinte tendineuse : Tendon Achille

Atteinte articulaire : Cheville – genoux

Atteinte musculaire : problématique des ischio-jambiers

Problématique de la région lombo-abdominale et pubalgie

Problématique de la zone cervico-scapulo-dorsale

La récupération

Pour chaque thématique :

Définir les objectifs et les priorités pour chaque pathologie

Planification des séances

Elaboration et contenu des échelles de progression

Les critères de validation pour progresser

Pratique top 10 et séances terrains



Niveau II

Intervention en entreprise

Suite

Acquisition de connaissances

Décryptage des situations à risque et les solutions

Constats – solutions – mise en situation pratique

- L'installation au bureau
- Les commerciaux et l'installation dans la voiture
- Les travaux saisonniers
- L'importance des équipements

Organisation des actions

Les outils pédagogiques

- Construire son diaporama 2ème partie
- les documents à remettre (fiche coach – fiche conseils – posters)

Mise en situation

- traitement des demandes (complète ou par thématique)
- comment construire un plan d'action ?

Divers

- défiscalisation par l'entreprise
- numéro de formateur
- autres référencements possibles
- le document unique d'évaluation des risques professionnels (DUERP)



Apprendre à mieux utiliser son dos au quotidien

Des exercices pour évaluer, préserver et renforcer le dos des élèves

La MSA propose de former les enseignants en EPS, infirmières et professeurs encadrant des travaux techniques

LYCÉE DE LA NATURE ET DU VIVANT
51 460 SOMME-VESELE
de 9 h 00 à 17 h 00

Inscrivez-vous dès à présent en retournant ce coupon jusqu'au 23 septembre - Voir contact au dos



Deux techniques complémentaires indispensables *Le strapping et le taping*

La seule formation combinant ces deux techniques.

La réflexion et le bon sens sont au cœur de ces journées de pratique. Acquérir une façon de faire afin que vous puissiez vous adapter efficacement à toutes les situations que vous allez rencontrer t'elle est l'objectif de cette formation.

Acquérir une façon de faire
Avoir le geste juste
Prendre les bonnes décisions
Utiliser les bons matériaux

Devenez un expert en strapping & taping avec des professionnels

Christophe Geoffroy

Kinésithérapeute du sport (équipe de France de football);
Intervenant universitaire en préparation physique;
Expert en prévention et formateur en entreprise;
Auteur d'ouvrages.

Yann Bourrel

Jean Michel Grand



Strapping et taping regroupées en 16 heures de pratique : pour découvrir les champs d'application de chaque méthode et, surtout, vous réaliserez vous-même les montages enseignés.

En maîtrisant ces deux techniques complémentaires, vous multiplierez vos moyens de traitement. Posées en fin de séance, les bandes prolongeront les bienfaits de vos soins.



Au programme

- Quelle technique pour quelle pathologie ?
- Utilisation thérapeutique ou préventive du taping et du strapping dans le cadre des entorses, tendinites, lésions musculaires et problèmes viscéraux.
- Favoriser le drainage d'un membre ou d'une articulation.
- Adapter ces techniques à des conditions particulières : transpiration, milieu aquatique...

Formations C.Geoffroy 2017

Formations pratiques encadrées par des experts



Nouvelles formations
Nouveaux sites
Nouveaux concepts

La prévention en entreprise – 2 jours

Ateliers pratiques au cœur d'entreprises champenoises

Thérapeute dans le sport de haut-niveau- 2 jours

Comment réussir ?



Nouveau site de formation

A Epernay au cœur de la champagne
Dans un site pilote "coaching & prévention"

À 15 min de Champagne-ardennes TGV

Pour en savoir plus sur les dates de formations,
consultez le site : www.kineformetsante.fr

Cous contactez-nous :

Par Email : geoffroykine@orange.fr

Tél : 06 12 72 26 94
06 24 94 35 78

