



**SAS PAPL FORMATION**

**Pascal POMMEROL**

Formations réservées aux professionnels de santé

Agrée FIF PL Agrée DPC Certifié ISO 9001 Membre SOFAC

24, Rue SULLY- 69006 LYON

Téléphone : 04.37.43.16.21 ou 06.87.21.54.52

SIRET : 809.202.179.000.10 - NAF : 8559A

Enregistré sous le n° de formateur : 82.69.137.39.69 « cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

Site : <http://www.pascalpommerol.fr/>

## **Chaîne musculaire type PILATE et lombalgie – Perfectionnement**

**2 jours soit 16 Heures**

Nombre d'heures Théoriques : **5**

Nombre d'heures Pratiques : **11**

### **Le ou les intervenants formateurs**

**M. POULET Pascal**, Ostéopathe, Masseur kinésithérapeute DE, DEA science de la santé.

**Mme ROCHE Nathalie**, Ostéopathe, Masseur kinésithérapeute DE,

### **LES MONITEURS POUR LA PRATIQUE :**

- ✓ **M. GUILLAUME Mathieu**, Ostéopathe, Masseur kinésithérapeute DE, Chargé de cours à la faculté de Lyon I.



**SAS PAPL FORMATION**

**Pascal POMMEROL**

Formations réservées aux professionnels de santé  
Agrée FIF PL Agrée DPC Certifié ISO 9001 Membre SOFAC

24, Rue SULLY- 69006 LYON

Téléphone : 04.37.43.16.21 ou 06.87.21.54.52

SIRET : 809.202.179.000.10 - NAF : 8559A

Enregistré sous le n° de formateur : 82.69.137.39.69 « cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

Site : <http://www.pascalpommerol.fr/>

## Projet Pédagogique

### Objectifs de la formation

Acquisition d'une méthode de renforcement musculaire catégorisée en chaînes musculaires pour la prise en charge de patients lombalgiques : en cours collectifs ou en séance individuelle  
Compréhension des qualités physiques mises en jeu pour la hiérarchisation des difficultés et les gains qui en découlent.  
Bilan du patient (en particulier le lombalgique) et construction de séance selon le diagnostic différentiel établi par le kinésithérapeute  
Disposer d'une base de données de mouvements supplémentaires pour la construction de séances

### Programme détaillé de l'action de formation avec ventilation horaire

#### Résumé

- Démarche clinique évaluative : diagnostic différentiel du lombalgique et implications sur la pratique de la méthode.
- Démarche thérapeutique de la méthode selon la problématique spécifique du lombalgique (syndromes discal, facettaire ou musculaire, canal lombaire étroit, ...)

#### Problématique

Quelle(s) lombalgie(s) pour quel(s) traitement(s) ? Sur quelle stratégie évaluative référencée le kinésithérapeute doit-il s'appuyer pour mettre en place un traitement en chaîne musculaire type Pilate de la lombalgie ? Quels sont les patients susceptibles de répondre favorablement au traitement ?

#### Programme et ventilation horaire

##### 1<sup>er</sup> jour :

Horaire	Sujets traités	Formateur	Théorie ou TP
De 9H à 12H30	- Présentation de la formation - Bilan du Lombalgique - Les accessoires de la méthode : Ballon, foam roller et cercle - Les niveaux de difficultés - Pratique ① : Chaînes Musculaires Pilates avec accessoires	P. Poulet N Roche	T/P
De 14H à 17H30	- Les qualités physiques des APS - Principes et lignes directrices pour l'augmentation de la difficulté dans les exercices - Pratique ② : Chaînes Musculaires avec accessoires (suite)	P. Poulet N Roche	T/P

##### 2<sup>ème</sup> jour :



# SAS PAPL FORMATION

## Pascal POMMEROL

Formations réservées aux professionnels de santé  
Agrée FIF PL Agrée DPC Certifié ISO 9001 Membre SOFAC

24, Rue SULLY- 69006 LYON

Téléphone : 04.37.43.16.21 ou 06.87.21.54.52

SIRET : 809.202.179.000.10 - NAF : 8559A

Enregistré sous le n° de formateur : 82.69.137.39.69 « cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat »

Site : <http://www.pascalpommerol.fr/>

Horaire	Sujets traités	Formateur	
<b>De 9H à 12H30</b>	- Pratique ③ : Mise en situation des participants sur 1 mouvement avec accessoires (direction et correction du groupe) - Pratique ④ : Chaînes Musculaires avec accessoires (suite)	P. Poulet N Roche	T/P
<b>De 14H à 17H00</b>	- Construction d'un cours avec accessoires - Pratique ⑤ : Cours complet avec accessoires - Les étirements : types et pratique - Synthèse et évaluation	P. Poulet N Roche	T/P
De 17h00 à 17h40	Tour de table sur évaluation des pratiques et sur le dossier patient (EPP) Synthèse de l'enseignant sur le sujet, sur la formation QUIZZ et correction, questions et réponses, remplissage de la fiche d'évaluation de la formation		T