

Fiche programme

Date de création de la fiche : 20 juin 2024

Version : V2

ACTION DE FORMATION :

Intitulé : **FONDAMENTAUX DES BLESSURES EN COURSE À PIED**

Formateur : Florence Morisseau

Nombre d'heures : 18 heures



PUBLIC :

- PROFESSIONNELS de la santé
- ETUDIANTS en Chiropraxie de 4ème et 5ème année

OBJECTIFS :

- Identifier la raison des blessures en cours à pied et le diagnostic rationnel
- Analyser la biomécanique en cours à pied
- Prescrire les chaussures les plus appropriées à chaque coureur
- Analyser le patron le patron de cours dans un contexte clinique
- Sélectionnez les techniques de traitement les plus appropriées selon le stade de la blessure (protection VS adaptation)
- Reconnaître les indications exigeantes des orthèses

PREREQUIS :

- Etre un professionnel de la santé, agréé ou certifié dans le domaine de la chiropraxie

INTERVENANTS :

Florence Morisseau
Masseur-Kinésithérapeute

Masseur-Kinésithérapeute diplômée en 1995 de l'IFMK Nancy, Florence exerce en libéral depuis 1996 au sein du cabinet pluridisciplinaire NP2S à Niort, spécialisé dans les pathologies du coureur et rachidiennes, reconnu par La Clinique Du Coureur.

En 2013, elle obtient un Diplôme international en Mechanical Diagnosis Therapy (MDT) après formation à l'université de Dundee et à l'hôpital King Cross. Elle est aujourd'hui enseignante pour l'Institut McKenzie France (cours A à D) et pour La Clinique Du Coureur depuis 2015.

Passionnée de course à pied, elle possède une solide expérience dans l'accompagnement des sportifs blessés et performants, avec une spécialisation récente en trail et ultra-distances

JOUR 1 : ÉVALUATION

8:00 - 9:15 : Présentation / Jeu-questionnaire / Physiopathologie / Cas clinique / Théorie / Diagnostic

9:15-9:35 : Démo tests diagnostiques - Table d'évaluation (une seule)

9:35-9:45 : Pause

9:45-10:00 : Théorie (Évaluation fonctionnelle / Biomécanique de course)

10:00-10:30 : Expérimentation pratique – Long corridor ou piste ou dehors sur béton propre

10:30-13:00 : Théorie (Impact / Surfaces / Lien biomécanique-pathologies)

13:00-14:00 : Pause déjeuner

14:00-16:00 : Théorie (Chaussures)

16:00-16:20 : Théorie (Biomécanique) - Tapis roulant

16:20-16:30: Pause

16:30-18:00 : Pratique (Analyse biomécanique sur tapis) - Tapis roulant

JOUR 2 : TRAITEMENT

8:00-08:30: Révision jour 1 et réponse aux questions

08:30-10:50: Théorie (Coffre d'outils / AINS / QSM / Planification d'entraînement) – Table d'évaluation (une seule) physio et step (toute la journée)

10:50-11:00 : Pause

11:00-12h30 : Théorie / pratique (Renforcement)

12:30-13:00 : Pause déjeuner

13:00-14:30 - Théorie / pratique (Semelles orthopédiques / Surfaces / Tendinopathies)

14:30-14:40 - Pause

14:40-16h20 - Théorie / pratique (Traitement des pathologies membres inférieurs / Taping)

16:20-16:30 : Pause

16:30-18:00 : Théorie / pratique (Outils / Programme / Extra / Hyponatrémie / « Running economy »)

PÉDAGOGIE & EVALUATION :

Pédagogie :

- Présentation PowerPoint
- Démonstrations pratiques
- Discussions des sujets avec les participants

Evaluation :

- Une évaluation à choix multiples de 5 questions avant le séminaire pour évaluer le niveau de connaissances initial des participants.
- Une évaluation pratique individuelle menée par les intervenants pendant le séminaire, basée sur la réalisation d'un ajustement
- Une évaluation finale à choix multiples de 10 questions à la fin du séminaire pour évaluer les connaissances acquises par les participants.

INFORMATIONS PRATIQUES :

Lieu de la formation :

IFEC, 24 bd Paul Vaillant Couturier 94200 IVRY sur SEINE

Dates :

Vendredi 23 et samedi 24 janvier 2026

Tarifs :

Tarif normal : 620 €

Membre AFC / Membre CFCS / Diplômés <3ans : 590 €

Étudiants 4 & 5e année / collaborateurs IFEC : 420 €

Un tarif Early bird de 10% est appliqué sur l'ensemble des tarifs jusqu'au 19 décembre 2025

Modalités d'inscription :

Inscription par mail formation-continue@ifec.net

Pour contacter le Service de formation continue :

01 45 15 89 10 / 07 45 01 88 01

