

Formation « place de la musculation dans la rééducation »

Durée - Dates : 2 jours, les 14 et 15 mai 2021

Lieu : PARIS (75)

Participants : 14 Kinésithérapeutes D.E.



Objectifs :

- Comprendre l'intérêt de la musculation (qui est trop souvent associée au bodybuilding) en prévention.
- Intégrer des ateliers musculation dans vos actions de préventions destinées aux particuliers ou dans vos formations en entreprises.
- Enrichir votre pratique d'éducation à la santé et de rééducation en cabinet.

Programme

Théorie :

- physiologie du muscle
- recrutement des fibres musculaires (charge, vitesse)
- adaptation du muscle à l'effort (modifications structurelles, nerveuses...)
- Variables à maîtriser pour le renforcement musculaire :
 - Type de contraction
 - Charge
 - Répétitions
 - Séries
 - Repos
 - Types d'exercices
- Principes pour la musculation
- Planification en fonction des objectifs
- Programme de musculation :
 - Détermination de la charge maximum
 - Programme en déterminant le nombre de répétitions, séries...
 - Programme en fonction du temps
 - Programme en fonction du ressenti du patient

Pratique :

- Échauffements
- Musculation sans matériel
- Musculation avec bandes élastiques
- Musculation avec swissball
- Musculation avec haltères
- Musculation en salle
- Étirements

Intervenant : David GUEDIN, kinésithérapeute, animateur prévention

Formation « place de la musculation dans la rééducation »
14 et 15 mai 2021 – Paris (75)

1/ Information concernant le kinésithérapeute libéral :

Nom : Prénom :

Adresse professionnelle :

CP : Ville :

Tel : Mobile :

E-mail : Date de naissance :

N° RPPS et/ou ADELI :

Coût : **520 €**

Pour toute demande de prise en charge, merci de nous contacter IMPERATIVEMENT.

Déjeunera avec le groupe (repas à votre charge) : oui ou non (à compléter impérativement)

2/ Acompte / prise en charge / conditions générales :

- Acompte : **234 €** par chèque à joindre à ce formulaire à l'ordre de Kiné Ouest Prévention. En cas de désistement moins de 45 jours avant le début de la formation, l'acompte ne pourra pas être remboursé. En cas de désistement postérieur à la validation de la formation la totalité des frais d'inscription est dû.
- Les inscriptions sont limitées à 12 participants maximum, selon l'ordre d'arrivée des formulaires dûment remplis, accompagnés du règlement d'acompte.
- Si le minimum de 8 participants n'est pas atteint à moins de 21 jours francs avant le début de la formation, Kiné ouest Prévention se verra dans l'obligation de l'annuler ou de la reporter. Les inscrits en seront alors informés par mail ou par téléphone.
- « Pour toute situation particulière de Handicap, merci de nous contacter afin que nous puissions analyser vos besoins ».

Par quel biais vous êtes-vous inscrit à cette formation ? (Plusieurs réponses possibles)

Site internet e-mailing Presse kiné Mailing Facebook LinkedIn

Autre (recommandation directe, colloque..) :

Vos coordonnées seront uniquement utilisées pour mieux vous informer et diffuser plus efficacement des informations pratiques sur nos formations (catalogue, emailing, ...). Elles sont enregistrées et transmises au responsable en charge des formations de Kiné Ouest Prévention, ainsi qu'au formateur dispensant la formation à laquelle vous vous inscrivez. Ce dernier s'engage à ne pas les utiliser sans votre consentement en dehors du cadre de la formation.

Dans le cadre des formations agréées par le conseil scientifique de Kiné France Prévention, vos coordonnées sont transmises au vice-président en charge de la coordination des actions en santé au travail de Kiné France Prévention. Ces données ne sont pas vendues ni cédées à des tiers en dehors de notre réseau associatif.

Kiné Ouest Prévention conserve vos coordonnées tant que vous ne vous désinscrivez pas.

Vous pouvez accéder et obtenir une copie des données vous concernant, les faire rectifier ou les faire effacer. Vous disposez également d'un droit à la limitation du traitement de vos données.

Fait à Le Signature et cachet professionnel :

1/ Information concernant le kinésithérapeute salarié :

Nom : Prénom :

Adresse personnelle : CP : Ville :

Tél : Mobile :

E-mail :

Personne en charge du dossier :

Etablissement :

Nom : Prénom : Fonction :

Tél : E-mail :

Adresse : CP : Ville :

Coût : **620 €**

Déjeunera avec le groupe (repas à votre charge) : oui ou non (à compléter impérativement)

NB : l'employeur recevra une convention

2/ Acompte / prise en charge / conditions générales :

- Acompte : **234 €** par chèque à joindre à ce formulaire à l'ordre de Kiné Ouest Prévention. En cas de désistement moins de 45 jours avant le début de la formation, l'acompte ne pourra pas être remboursé. En cas de désistement postérieur à la validation de la formation la totalité des frais d'inscription est dû.
- Les inscriptions sont limitées à 12 participants maximum, selon l'ordre d'arrivée des formulaires dûment remplis, accompagnés du règlement d'acompte.
- Si le minimum de 8 participants n'est pas atteint à moins de 21 jours francs avant le début de la formation, Kiné ouest Prévention se verra dans l'obligation de l'annuler ou de la reporter. Les inscrits en seront alors informés par mail ou par téléphone.
- « Pour toute situation particulière de Handicap, merci de nous contacter afin que nous puissions analyser vos besoins ».

Par quel biais vous êtes-vous inscrit à cette formation ? (Plusieurs réponses possibles)

Site internet e-mailing Presse kiné Mailing Facebook LinkedIn

Autre (recommandation directe, colloque..) :

Vos coordonnées seront uniquement utilisées pour mieux vous informer et diffuser plus efficacement des informations pratiques sur nos formations (catalogue, emailing, ...). Elles sont enregistrées et transmises au responsable en charge des formations de Kiné Ouest Prévention, ainsi qu'au formateur dispensant la formation à laquelle vous vous inscrivez. Ce dernier s'engage à ne pas les utiliser sans votre consentement en dehors du cadre de la formation.

Dans le cadre des formations agréées par le conseil scientifique de Kiné France Prévention, vos coordonnées sont transmises au vice-président en charge de la coordination des actions en santé au travail de Kiné France Prévention. Ces données ne sont pas vendues ni cédées à des tiers en dehors de notre réseau associatif.

Kiné Ouest Prévention conserve vos coordonnées tant que vous ne vous désinscrivez pas.

Vous pouvez accéder et obtenir une copie des données vous concernant, les faire rectifier ou les faire effacer. Vous disposez également d'un droit à la limitation du traitement de vos données.

Fait à Le Signature :