

PROGRAMME DETAILLE

TECHNIQUES STRUCTURELLES 2

SESSION 1 2 jours

Jour 1	9h-9h30	Contextualisation et contractualisation
Séance 1	9h30-9h45	Vérifier les acquis et compléter la technique sous-astragalienne de base (Centrée)
Séance 2	9h45-10h30	Acquérir 2 nouvelles techniques pour travailler le thrust à l'horizontal
Séance 3	10h30-11h	Acquérir la notion de thrust à l'horizontal sur les dorsales hautes
	11h - 11h15	Pause
Séance 4	11h15-12h	Travailler avec le ressenti au même étage, "D4 avec D4"
Séance 5	12h - 12h30	Vérifier les acquis et compléter la technique C2/C3 classique
Séance 6	12h30 - 13h	Travailler avec le ressenti au même étage, "C2 avec C2"
	13h - 14h	Repas
Séance 7	14h - 14h45	Acquérir les techniques de l'Atlas / Axis
Séance 8	14h45 - 15h30	Acquérir les techniques cervicales contre résistance active
Séance 9	15h30 - 16h15	Vérifier les acquis et compléter les techniques de genou en latéralité
	16h15 - 16h30	Pause
Séance 10	16h30 - 17h	Acquérir les techniques de genou dans les 4 rotations
Séance 11	17h- 17h45	Percevoir le travail des 2ème métatarses avec les 2ème métacarpes, Applications en cervicale, en dorsal, en lombaire
Séance 12	17h45 - 18h	Acquérir la technique des uncus
Jour 2		
Séance 1	9h-9h45	Développer la technique "C2 avec C2" et travailler contre résistance musculaire
Séance 2	9h45 - 10h30	Vérifier les acquis et compléter la technique lombaire de base
Séance 3	10h30 - 11h	Acquérir les trois directions du slack sur les lombaires
	11h - 11h15	Pause
Séance 4	11h15-12h	Acquérir les 5 directions de slack dans la compression thoracique
Séance 5	12h - 12h30	Acquérir les côtes vs compression thoracique

Séance 6	12h30 - 13h	Acquérir les côtes spécifiques
	13h - 14h	Repas
Séance 7	14h - 14h45	Développer la technique lombaire avec les 27 combinaisons
Séance 8	14h45 - 15h30	Développer les compressions thoraciques avec les "27 combinaisons"
Séance 9	15h30 - 16h	Lombaires assises
	16h - 16h15	Pause
Séance 10	16h15 - 16h30	Acquérir la technique lombaire par-dessous
Séance 11	16h30 - 18h	Reformulations et développements à la demande des participants - Questions réponses

SESSION 2 2 jours

Jour 1	9h-9h30	Contextualisation et contractualisation
Séance 1	9h30 - 9h45	Vérifier les acquis et compléter la technique lombaire avec 27 combinaisons
Séance 2	9h45 - 10h15	Acquérir la technique de hanche comme une lombaire
Séance 3	10h5- 10h30	Acquérir la technique de toggle sur la hanche
Séance 4	10h30-11h	Acquérir les différentes décoaptations de la hanche
	11h - 11h15	Pause
Séance 5	11h15 - 11h45	Acquérir les techniques de l'Atlas / occipital
Séance 6	11h45-12h15	Vérifier les acquis et compléter les techniques de coude
Séance 7	12h15 - 13h	Acquérir la technique de l'occipital vers l'avant
	13h - 14h	Repas
Séance 8	14h - 14h45	Acquérir la technique de l'occipital vers l'arrière
Séance 9	14h-45 15h30	Vérifier les acquis et compléter les technique dorsales hautes en compression thoracique
Séance 10	15h30 - 16h	Acquérir la technique d'ouverture des trous de conjugaison au niveau cervico-dorsal
	16h - 16h15	Pause
Séance 11	16h15 - 17h	Vérifier les acquis et compléter les technique des dorsales hautes au pisiforme
Séance 12	17h - 18h	Acquérir la technique de l'occipital latéral et vérifier l'acquisition des différentes techniques cervicales vues dans la journée

Jour 2		
Séance 1	9h-9h15	Contextualisation et contractualisation
Séance 2	9h15 - 9h45	Vérifier les acquis et compléter la technique globale du bassin
Séance 3	9h45 - 10h30	Aller de la globale vers le sacrum spécifique Travailler aux niveaux S1 S2 S3
Séance 4	10h30-11h	Sacrum pompages et ouvertures croisée
	11h - 11h15	Pause
Séance 5	11h15-12h45	Acquérir la technique d'ouverture de la sacro-iliaque vers l'avant - Aller et venir en permanence entre techniques lombaires et techniques sacrées pour en comprendre les points communs et les spécificités,
Séance 6	12h45 - 13h	Acquérir la technique de coccyx par voie externe
	13h - 14h	Repas
Séance 7	14h - 14h45	Acquérir la technique d'ouverture de la sacro-iliaque vers l'arrière - Aller et venir en permanence entre techniques lombaires et techniques sacrées pour en comprendre les points communs et les spécificités,
Séance 8	14h45-15h30	Reformuler la physiopathologie lombaire et lombo-sacrée
Séance 9	15h30 - 16h	Acquérir la technique de sacrum à l'horizontal (Par-dessous)
	16h - 16h15	Pause
Séance 10	16h15 - 16h45	Adapter les acquis du sacrum à l'horizontal pour appréhender les lombaires par-dessous
Séance 11	16h45 - 17h30	Evaluation des acquis - Tests pratiques
Séance 12	17h30 - 18h	Reformulations et développements à la demande des participants - Questions réponses