

# LA REATHLETISATION DU GENOU OPTIMISER LE RETOUR AU SPORT

---

Institut National de la Kinésithérapie  
[www.maisondeskines.com](http://www.maisondeskines.com)

> 3, rue Lespagnol - 75020 Paris  
tél. : 01 44 83 46 71

[secretariat@ink-formation.com](mailto:secretariat@ink-formation.com)

N° de déclaration d'activité : 11 75 116 30 75



## DUREE

Deux jours :

- Non présentiel : évaluation des pratiques pré et post-formation : 2 heures
- Présentiel : 14 heures de formation

## NOMBRE DE STAGIAIRES

- Minimum : 8 (sauf cas exceptionnels)
- Maximum : 20

## ENSEIGNANTS

**Pierre CHAMBAT** – Chirurgien orthopédique  
**Grégory VIGNE** – Préparateur physique  
**Damien DRICOT** – Masseur-Kinésithérapeute

## OBJECTIFS

L'objectif principal du module est d'acquérir les bases d'une méthodologie concrète de prise en charge d'un sportif en réathlétisation.  
Ce module est orienté sur la méthodologie pratique de prise en charge des pathologies de genou.

A l'issue de la formation, les stagiaires auront :

- Une vision globale de la prise en charge des pathologies de genou en réathlétisation
- Revu les bases en anatomie et physiopathologies du genou
- Acquis la méthodologie du « Test d'Aptitude à la Réathlétisation » (TAR)
- Acquis les bases du travail de planification de la réathlétisation

## PROGRAMME

**Pré-requis** : praticiens professionnels bénéficiant d'une expérience professionnelle d'au moins 12 à 24 mois, et ayant été confrontés à la prise en charge de genoux (LCA, SDR, ...).

**Premier jour : 9h00-12h30 & 14h00-17h30**

*CHAPITRE 1 : Présentation de la méthodologie de Réathlétisation ATHLETIC*

- 1.1 Constats et origines de la méthodologie
- 1.2 Mise en place de la réathlétisation
- 1.3 Choix stratégiques (nombre de séances, durée, qualité de la prise en charge à 3,5 mois, à 6 mois)

*CHAPITRE 2 : Anatomie et physiopathologie du genou*

- 2.1 Rappels anatomiques, physiologiques et biomécaniques
- 2.2 Détection et classification des pathologies courantes du genou
- 2.3 Choix et intérêts de la plastie lors d'une ligamentoplastie du LCA

*CHAPITRE 3 : L'iso cinétisme en évaluation*

*CHAPITRE 4 : le genou à 3 mois post-opératoire*

*CHAPITRE 5 : La réathlétisation (3 phases)*



**MAISON  
DES  
KINES**  
INK FORMATION

Institut National de la Kinésithérapie  
[www.maisondeskines.com](http://www.maisondeskines.com)

> 3, rue Lespagnol - 75020 Paris  
tél. : 01 44 83 46 71

[secretariat@ink-formation.com](mailto:secretariat@ink-formation.com)

N° de déclaration d'activité : 11 75 116 30 75



**Deuxième jour : 9h00-12h30 & 14h00-17h30**

*CHAPITRE 6 : Ateliers pratique de mise en situation*

- 6.1 Mise en place du « Test d'Aptitude à la Réathlétisation » TAR\*
- 6.2 Détermination des objectifs individuels
- 6.3 Acquisition de la « boîte à outils »
- 6.4 Planification de la réathlétisation
- 6.5 Cas concrets : mise en place de séances\*\*

\*1<sup>ère</sup> séance avec analyse de celle-ci pour orienter le travail à venir. Pas d'utilisation de machine (uniquement du petit matériel).

\*\* Travail de planification et de mise en application de la méthodologie.

*CHAPITRE 7 : évaluation, synthèse et conclusion*



DEVIENT

