

### 3ème SEMAINE

9h-10h30

11h-12h30

14h-15h30

16h-17h30

18h-19h

	9h-10h30	11h-12h30	14h-15h30	16h-17h30	18h-19h
<b>LUNDI</b>	Bassin Sacro Iliaque	Tableau debout contre le mur	Posture Debout contre le mur	Démonstration Post. Debout contre le mur (suite) Démonstration traction sacrum dans la main, en Gr. au sol (++) et Gr. en l'air – en cas de douleur	Traction sacrum Posture debout contre le mur
<b>MARDI</b>	Coxo-fémorale	Tableau posture debout au milieu	Traitement (Membre inférieur)	Présentation posture debout au milieu	Posture debout au milieu
<b>MERCREDI</b>	Genou (Simplifié et synthétisé) Surtout fémur	Genou Physiologique avec jambe	Traitement (Membre inférieur)	Manœuvre de Pied Démonstration  Reprise postures debout avec manœuvres de pied	Manœuvre de Pied Démonstration Reprise Posture debout
<b>JEUDI</b>	Tibio-astragale Calcanéum Voûtes	Posture debout en flexion antérieure Tableau	Traitement (Lombalgie – <u>Hernie discale</u> )	Présentation ballerine	Posture debout en flexion antérieure
<b>VENDREDI</b>	Pied Jambier antérieur (Simplifié et synthétisé)	Fibulaire – Jambier antérieur Equin Dé torsion genoux niveaux 1,2,3,4. Posture en ouverture coxo-fémorale Rappeler que membres inférieurs sans douleur on traite aussi Debout contre le mur	Traitement (Lombalgie)	Présentation Membres inférieurs Gr.au sol, Niveaux 1,2,3,4. Dé torsion genoux, genou valgus, varus, talus parfait (tête 1° méta)	Tableau avec Rééquilibration et membre inférieur Simulation Grenouille au sol, niveaux 1,2,3,4.

Théorie : 15h    Pratique : 20h    Total nombre d'heures : 35h pour 5 jours de formation