

Formation Scientifique en K-Taping

Programme de formation :

- 1) K Taping : définition
- 2) Petit historique du kinésio-taping
- 3) Qu'est-ce que le kinésio-taping ?
- 4) Effets positifs du kinésio taping :
- 5) Quelle est la différence entre kinésio taping et strapping ?
- 6) Quelle est la différence entre les couleurs des bandes ?
- 7) Les plus des bandes de Kinésio taping :
- 8) Que faut-il faire avec sa bande de kinésio taping ?
- 9) Les applications :
- 10) Les techniques de coupe :
- 11) Comment découper une bande de kinésio-tape :
- 12) Les différentes techniques de k tapping thérapie :
- 13) Technique de Correction Mécanique Fonctionnelle :
- 14) CARACTÉRISTIQUES DU THERAPY-TAPE :
- 15) MISE EN ŒUVRE :
- 16) Comparaison entre le strapping et le K- tape :
- 17) Les tensions des bandes k-tape :
- 18) La pose en fonction de l'objectif :
- 19) Technique de pose du K- tape :
- 20) Les montages de la partie haute du corps :
 - 1.1 Montage Relâchement Deltoïde
 - 1.2 Stabilisation de l'articulation
 - 1.3 Montage totale de la coiffe des rotateurs
 - 1.4 Inhibition du grand et petit rhomboïde
 - 1.5 Scalene – inhibition
 - 1.6 Inhibition du grand pectoral
 - 1.7 Inhibition du long biceps
 - 1.8 Inhibition du triceps
- 21) Comment mettre une bande de kinésiologie à l'épaule

- 22) Comment poser des bandes de kinésiologie au coude pour le tennis elbow
- 23) Comment poser des bandes de kinésiologie au poignet ?
- 24) Syndrome du canal carpien
- 25) Les paravertébraux cervicaux
- 26) Comment appliquer la bande de kinésiologie pour les douleurs lombaires ?
- 27) Abdominaux
- 28) Montage Facilitation Fessiers
- 29) Montage relâchement Psoas iliaque
- 30) ARTICULATION SACRO-ILIAQUE
- 31) Montage Facilitation Quadriceps
- 32) Montage relâchement adducteur Montage Balance musculaire Pubalgie
- 33) Ischio-jambier
- 34) Montage Syndrome du Fascia Lata
- 35) Douleur à l'intérieure du genou
- 36) Douleur à l'extérieure du genou
- 37) Montage pour bander le tibia
- 38) Le tendon d'Achille
- 39) Cheville
- 40) Montage Facilitation Fibulaires
- 41) Fasciite plantaire
- 42) Comment poser des bandes de K-TAPE au genou ?
- 43) Gros orteil
- 44) Comment appliquer la K Tape pour les douleurs à la cheville
- 45) Comment appliquer la bande K Tape pour les attelles tibiales ?
- 46) Comment appliquer la bande K tape pour la fasciite plantaire?
- 47) Comment appliquer la bande de kinésiologie pour les douleurs au mollet
- 48) Comment poser des bandes de kinesiologie sur la cuisse
- 49) Application de la k tape pour les cicatrices

Programme du jour :

• Programme du 1er jour

- ✓ 08:45 à 9:00 Accueil des participants
- ✓ 09:00 à 11:00 exposé
- ✓ 11:00 à 11:20 pause café
- ✓ 11 :20 à 13:00 exposé
- ✓ 13:00 à 14:00 pause libre
- ✓ 14:00 à 17:00 séance pratique

• Programme du 2eme jour

- ✓ 9:00 à 11:00 expose
- ✓ 11:00 à 11:20 pause- thé
- ✓ 11:20 à 16:00 séance pratique