



**SSK-FORMATION**  
KINÉSITHÉRAPIE

# Programme Formation

## Le Crochetage



Ajoutez des crochets à votre arsenal thérapeutique. Cette formation à vocation pratique, vous permettra une prise en charge rapide pour de nombreuses pathologies rencontrées en cabinet mais qui sont souvent mal diagnostiquées et mal soignées. Grâce à une approche pragmatique de l'anatomie palpatoire le praticien pourra dès le lundi pratiquer auprès de ses propres patients.

## Équipe pédagogique

**Victor Escobar**  
Kinésithérapeute du sport et Formateur

**Nicolas Santi**  
Kinésithérapeute du sport et Formateur

**Cyril Castaldo**  
Kinésithérapeute et Ostéopathe du sport,  
directeur SSK Formation

**Julien Guillout**  
Kinésithérapeute et Ostéopathe du sport,  
Coordinateur Pédagogique SSK Formation

# Le Crochetage

## Objectifs

- 1 | Formation centrée sur la pratique avec apport théorique.
- 2 | Entrecoupée de démonstrations, les participants pratiqueront tour à tour : Test-Diagnostic-Traitement
- 3 | Maîtriser l'anatomie palpatoire
- 4 | Permettre au praticien de développer de nouvelles compétences manuelles
- 5 | Acquérir une finesse de palpation et une technique instrumentale associée
- 6 | Adapter les protocoles de traitements en fonction des pathologies
- 7 | Libérer précisément les plans de glissement inter-tissulaires

## Public concerné

Masseur Kinésithérapeute, Masseur Kinésithérapeute et Ostéopathe

## Nombres d'heures de formation

16 heures de théorie et de pratique



## Méthode pédagogique

### Moyens utilisés - Contenu

Alternance d'apports théoriques et pratique :

- Techniques démonstratives, explicatives, répétitives pour faciliter la mémorisation et la reproduction des mouvements.
- Le support pédagogique présente en intégralité chacun des thèmes abordés par la formation, appuyé par des photos et schémas illustrant la théorie.
- Moments d'échanges par questions / réponses, permettant de :
  - Vérifier la compréhension et mémorisation des exercices proposés.
  - Permettre au participant d'exposer son point de vue ou ressenti.
  - Corriger et réexpliquer si nécessaire.
  - Évaluer l'investissement des participants.
- Permettre aux participants de remobiliser et réactualiser leurs connaissances par des méthodes de pédagogie active et interrogative s'inspirant de leur vécu et de leur réflexivité.

### Modalités pédagogiques

#### **Analyse des pratiques Professionnelles :**

- En réalisant un temps dédié avec les participants pour définir les besoins en formation adaptée aux objectifs de la formation.
- En s'appuyant sur des référentiels et recommandations actualisés.
- En prenant en compte l'expérience et le vécu professionnel des participants.
- En réalisant des analyses critiques et constructives des pratiques réalisées, par rapport à la pratique attendue.

#### **Acquisition et Perfectionnement des connaissances et compétences.**

- En utilisant une pédagogie active, affirmative et interrogative.
- En réalisant des ateliers et des mises en situations pratiques.
- En restituant les résultats aux professionnels avec un temps d'échange.

## Projet Pédagogique

### Contexte

Cette formation s'inscrit dans le cadre de l'approfondissement des connaissances des pratiques diagnostiques, des prises en charges thérapeutiques et de l'amélioration des compétences des masseurs kinésithérapeutes dans les domaines de la rhumatologie, de la traumatologie, de l'orthopédie, de la médecine du sport.

Cette formation à vocation pratique, vous permettra une prise en charge rapide pour de nombreuses pathologies rencontrées en cabinet mais qui sont souvent mal diagnostiquées et mal soignées. Grâce à une approche pragmatique de l'anatomie palpatoire le praticien pourra dès le lundi pratiquer auprès de ses propres patients.

### Résumé/Objectifs pédagogiques :

- L'objectif principal est le bilan diagnostic et le traitement des syndrômes douloureux (ostéo-articulaires, neuromusculaires, musculo-tendineux, ménisco-ligamentaires, disco-radicaux).
- Traiter les troubles fonctionnels du bassin, des membres inférieurs, des membres supérieurs et du rachis. Ainsi les objectifs du séminaire permettent au participant d'acquérir les moyens et connaissances nécessaires à la mise en place d'un bilan spécifique basé sur les preuves sans omettre les exclusions et les diagnostics différentiels. Apprendre à lever les tensions, acquérir les moyens et connaissances nécessaires au traitement des tissus mous avec les crochets.
- Acquérir un panel de techniques manuelles des tissus mous, ligamentaires, articulaires, musculaires.
- De savoir élaborer le diagnostic kinésithérapique et l'arbre décisionnel en conséquence des troubles identifiés (troubles myofasciaux, articulaires, ligamentaires, posturaux).
- Acquérir les moyens et connaissances nécessaires au traitement de la complexité du bassin et de la colonne vertébrale, des membres et de maîtriser l'anatomie palpatoire.





## Jour 1

### **08h45-10h30**

- Accueil des participants
- Les Membres inférieurs
- Etude de cas/mise en situation/Travail en binôme
- La face antérieure de la cuisse
- La face interne de la cuisse

### **10h45-12h30**

- La face externe de la cuisse
- La face postérieure de la cuisse

### **13h30-15h30**

- Le genou
- La loge postérieure de la jambe
- La cheville
- La voute plantaire

Les Membres supérieurs

Etude de cas/mise en situation/Travail en binôme

### **15h45-17h30**

Épaule

- Deltoïde (chef claviculaire, acromial, épineux)
- Triceps brachial (latéral, médial, longue) → Triangle Humérotricipital, Carré HT.
- Grand Rond (Triangle Omotricipital)
- Petit Rond
- Biceps brachial (portion longue, portion courte)
- Aponévrose bicipital.
- Portion claviculaire grand pectoral.

(Pourquoi triceps avec l'épaule: Explication des trois éléments anatomiques importantes (triangle HT, Carré HT, Triangle OT) Le crochetage se fait sur le deltoïde (portion épineuse), cloison entre le deux ronds et le triceps).

Temps: deltoïde, triceps, grand et petit rond: (1h15), biceps, aponévrose bicipital, portion claviculaire pectoral

## Jour 2

### **8h45-10h30**

Bras

- Face postérieure avant bras: Brachioradial, LERC, CERC, Extenseur commun des doigts, extenseur du cinq, extenseur ulnaire du carpe.
- Face antérieure avant bras: Rond pronateur, Fléchisseur radial du carpe, fléchisseur superficiel des doigts, long palmaire, fléchisseur ulnaire du carpe. (Syndrome tunnel carpien).

Le Rachis

- Etude de cas/mise en situation/Travail en binôme

### **10h45-12h30**

Les paravertébraux

- La face latérale du cou
- La face postérieure du cou
- La nevralgie d'Arnold





Les techniques associées au crochetage  
Etude de cas/mise en situation/Travail en binôme

**13h30-15h30**

- Les techniques d'inhibition fusoriales
- Définition
- Démonstration
- Pratique

**15h45-17h30**

- La libération inter-tissulaire passive
- Définition
- Démonstration
- Pratique
- Séquence, Evaluation des pratiques professionnelles finale



## BIBLIOGRAPHIE

1. Les tensions musculaires/ Gilles Péninou et Serge Tixa/Edition Masson
2. Manuel de palpation osseuse et musculaire/Joseph E. Muscolino/Edition Masson
3. Crochetage et Technique tissulaires associées/Jean Yves Vandewalle/Mordacq
4. Atlas d'anatomie humaine/Frank H. Netter, MD/Masson
5. Henri Rouvière, André Delmas. Anatomie humaine : descriptive, topographique et fonctionnelle.
6. Maloine R Schleip, F Klingler et F Horn, « Active fascial contractility: Fascia may be able to contract in a smooth muscle- like manner and thereby influence musculoskeletal dynamics », Medical Hypotheses, vol. 65, no 2, 2005, p. 273-7
7. Vecchiet, L., Giamberardino, M.A., Saggini, R. Myofascial pain syndromes: clinical and pathophysiological aspects. Clin J Pain. 7 Suppl 1:S16-22. 1991
8. Hanten, W.P. et al. Effects of active head retraction with retraction/extension and occipital release on the pressure pain threshold of cervical and scapular trigger points. Physiotherapy Theory and Practice. 13(4). 1997
9. Robert Schleip , Thomas W. Findley, Leon Chaitow, Peter Huijin Fascia: The Tensional Network of the Human Body: The science and clinical applications in manual and movement therapy. Churchill Livingstone 2012
10. Louis Schultz, Rosemary Do Feitis, Diana Salles, Ronald Thompson The Endless Web: Fascial Anatomy and Physical Reality North Atlantic Books 1996
11. Thomas W. Myers Anatomy Trains: Myofascial Meridians for Manual and Movement Therapists Churchill Livingstone 2008



“ Depuis plus de 10 ans, SSK Formation a toujours eu à coeur de proposer aux kinésithérapeutes des stages de qualité, avec les meilleurs formateurs de la région. J'adresse un sincère merci à tous les lecteurs de cet ouvrage spécifique. Conçu pour vous par nos experts, ce manuel vous aidera à mettre en pratique un enseignement de haut niveau auprès de vos sportifs qui exigent l'excellence. À bientôt dans l'un de nos centres, pour continuer à vous accompagner dans nos meilleures formations. ”

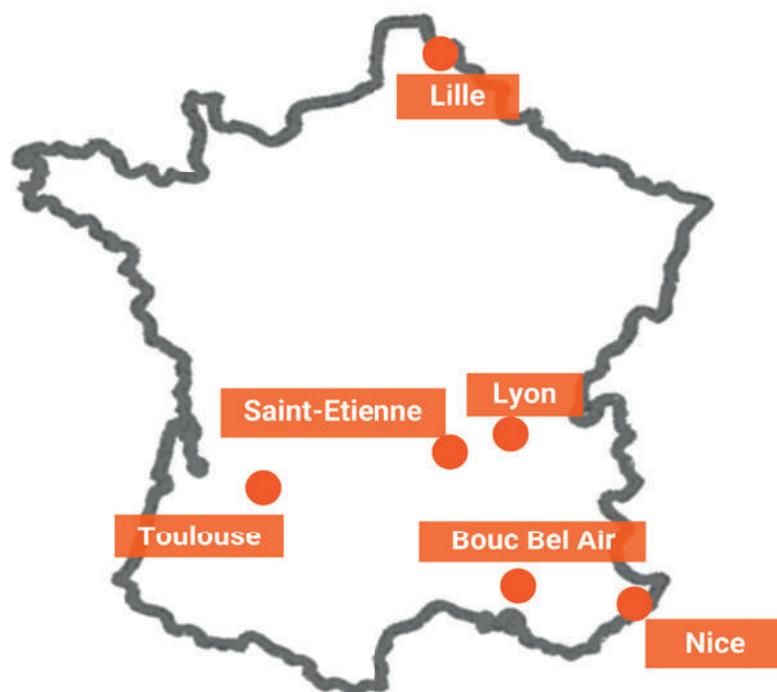
« Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin. »

Amicalement,

**Cyril Castaldo**

*Kinésithérapeute, Ostéopathe*

*Formateur et Directeur de SSK Formation*



Afin de mieux s'adapter aux spécificités de chaque métier, SSK lance de nouvelles entités :



📍 415 Avenue des Chabauds,  
13320, Bouc Bel Air

☎️ 09 72 52 64 04

✉️ [lelia@ssk-formation.com](mailto:lelia@ssk-formation.com)

🌐 [www.ssk-formation.com](http://www.ssk-formation.com)

ABONNEZ-VOUS !

