

«NomPrénom»

Signature :

**PROGRAMME : CORRECTIONS MYOTENSIVES DU  
RACHIS CERVICAL ET DE LA CEINTURE SCAPULAIRE**

**1-Théorie: 2 heures**

**Rappels anatomiques et physiologiques des régions traitées. Buts et principes des techniques utilisées. Rappel des différents types de restrictions rencontrées suivant les régions, leurs mécanismes et leurs conséquences.**

**2-Pratique: 7 heures**

**Apprentissage des techniques de correction pour chaque articulation.**

- **Techniques musculaires** .....
  - ◆ **Rhomboïde, trapèze moyen** .....
  - ◆ **Sous-clavier** .....
  - ◆ **Petit pectoral** .....
  
- **Techniques articulaires** : .....
  - ◆ **C0 / C1** : .....
  - ◆ **C1 / C2** : rotation .....
  - ◆ **C3 → C6** : .....
    - **Extension** .....
    - **Flexion**.....
  - ◆ **C7 → D2** : .....
    - **Extension** .....
    - **Flexion**.....
  - ◆ **K1** : inspir .....
  - ◆ **K2 → K6** .....
    - **Inspir** .....

- *Expir* .....
- ◆ *Acromio-claviculaire* .....
- *Antérieur* .....
- *Postérieur* .....
- ◆ *Sterno-claviculaire* .....
- *Antérieur* .....
- *Postérieur*.....
- *Supérieur* .....
- *Inférieur*

