

## Workshop à thème

## 2b- La hanche

### Pour qui ?

Pour les personal trainer, les coach sportifs et les kinés.

### Objectifs

Savoir donner un programme d'exercices de proprioception et de stabilisation spécifiques. Favoriser le travail des thérapeutes et prendre en charge le patient pour son quotidien post traitements jusqu'à l'autonomie.

Avoir conscience de quand et comment intervenir avec les exercices et quand envoyer le patient chez le thérapeute .

### Les plus

- Vidéos pédagogiques
- Evaluation et certification comprise (valeur 50€)
- Passages en situation d'enseignement et feedback

Durée et prix de la formation

1/2 journée

82€ HTVA par personne

**Possibilité de formations privée sur votre site, devis sur mesure !**

Inscriptions et demandes de prise en charge (devis, plans de formation) :

CENTRE AZUREA

2, rue père Damien

7700 Mouscron

0032 56 84 68 84

L'inscription est validée par le versement du montant sur le compte:

BE760-630138479-95

avec la communication: nom de la formation + nom + prénom

(au plus tard 3 semaines avant le début de la formation)

### Formatrice



Silvia Del Monaco

Fondatrice du concept Zenbox  
Éducatrice sportive BEES  
Diplômée en Marketing Université BO  
Formatrice LESMILLS  
Formatrice PLANET AQUA  
Directrice Studio PILATES PFT

## PROGRAMME de la FORMATION

### JOUR 1

13h30-15h00: Le renforcement musculaire, la rééducation neuro-motrice, proprioceptive, l'entraînement thérapeutique, la stabilisation selon les différents stades

15h00-15h15: Pause-café

Les tests fonctionnels pour le patient ayant des problèmes de hanches

15h 15-17h30 : Programme d'exercices de mobilisation, stabilisation et étirement

Outils à amener le jour de la formation: clé USB, workbook et script imprimé, ordinateur pour pouvoir visionner les vidéos.

