



FORMATIONS

## **FORMATION MK TAPING** **PROGRAMME DU SÉMINAIRE**

### **NATURE DE L'ACTION DÉFINIE À L'ARTICLE L.6313-1 DU CODE DU TRAVAIL :**

- Action d'adaptation et de développement des compétences professionnelles

### **PUBLIC CIBLE**

- Masseurs Kinésithérapeutes DE ou équivalent
- Maximum 25 stagiaires

### **OBJECTIFS**

- Identifier les indications et contre-indications des contentions souples
- Identifier les éléments en vue d'une pose de contention souple grâce à une anatomie palpatoire précise
- Maîtriser la pose de contentions souples en fonction de l'effet désiré :
  - Inhibition musculaire
  - Tonification musculaire
  - Drainage lymphatique
  - Fasciale
  - Articulaire
  - Combiné

### **DURÉE DE L'ACTION DE FORMATION**

- 2 JOURS (SOIT 16 H)

### **PROGRESSION PÉDAGOGIQUE**

Lors de l'étude de chaque région nous verrons les éléments suivants :

- Présentation de la structure à traiter
- Démonstration de pose par l'instructeur sur un cobaye
- Mise en place des éléments par les stagiaires qui seront en binômes ou trinômes
- Contrôle de la pose par les instructeurs



FORMATIONS

## DESCRIPTION DÉTAILLÉE DE L'ACTION DE FORMATION

### JOUR 1 (8 heures)

<b>Durée de la séquence</b>	<b>Objectifs</b>	<b>Méthodes</b>
8h30 à 9h15 (45min)	Présentation des instructeurs et des stagiaires, formalités administratives	Tour de table, Quelles sont les formations déjà effectuées et les objectifs personnels des stagiaires ?
9H15 à 9h30 (15 minutes)	Histoire du taping	Diaporama
9h30 à 9h45 (15 minutes)	Indications/Contre-indications	Diaporama
9h45 à 10h (15 minutes)	Modes d'actions de l'application musculaire	Diaporama
10h à 12h30 (2 h30)	Mise en pratique de l'application musculaire pour différents muscles	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs
12h30 à 13h30	PAUSE	
13h30 à 17h30 (4 heures)	Mise en pratique de l'application musculaire pour différents muscles	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs
15h15 à 16h30 (1h30)	Mise en pratique de l'application articulaires	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs



FORMATIONS

**JOUR 2 (8 heures)**

<b><u>Durée de la séquence</u></b>	<b><u>Objectifs</u></b>	<b><u>Méthodes</u></b>
8h30 à 8h45 (15min)	Mode d'action de l'application articulaire	Diaporama
8h45 à 12h30 (3h45min)	Mise en pratique de l'application articulaires	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs
12h30 à 13h30	PAUSE	
13h30 à 13h45 (15 minutes)	Mode d'action de l'application lymphatique	Diaporama
13h45 à 15h45 (2 heures)	Mise en pratique de l'application lymphatique	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs
15h45 à 15h00 (15 min)	Mode d'action de l'application fasciale	Diaporama
15h00 à 16h00 (1h)	Mise en pratique de l'application fasciale	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs
16h00 à 17h30 (1h30)	Protocoles de mise en place dans les pathologies	Diaporama, Démonstration pratique puis application par binôme avec contrôle par les formateurs



FORMATIONS

## **PROGRAMME DE L'ACTION DE FORMATION**

1. Le taping
  - 1.1. Histoire du taping
  - 1.2. Indications/contre-indications
  - 1.3. Application musculaire
    - 1.3.1. Mode d'action tonification/détente
    - 1.3.2. Pratique
      - 1.3.2.1. Muscle trapèze
      - 1.3.2.2. SCM
      - 1.3.2.3. Paravertébraux
      - 1.3.2.4. Deltoïde
      - 1.3.2.5. Biceps
      - 1.3.2.6. Brachio-radial
      - 1.3.2.7. Supra-épineux
      - 1.3.2.8. Rhomboïde
      - 1.3.2.9. Iliaque
      - 1.3.2.10. Psoas
      - 1.3.2.11. Quadriceps
      - 1.3.2.12. Ischio-jambiers
      - 1.3.2.13. Fibulaires
      - 1.3.2.14. Tibial antérieur
      - 1.3.2.15. Diaphragme
  - 1.4. Application articulaire
    - 1.4.1. Mode d'action
    - 1.4.2. Pratique
      - 1.4.2.1. Scapulo-thoracique
      - 1.4.2.2. Genou
      - 1.4.2.3. Cheville
      - 1.4.2.4. Poignet
      - 1.4.2.5. Cicatrices
  - 1.5. Application lymphatique
    - 1.5.1. Mode d'action
    - 1.5.2. Pratique
      - 1.5.2.1. Cheville
      - 1.5.2.2. Genou
      - 1.5.2.3. Gros bras



FORMATIONS

- 1.6. Application fasciale
  - 1.6.1. Mode d'action
  - 1.6.2. Pratique
    - 1.6.2.1. Space taping
    - 1.6.2.2. Syndrome fémoro-patellaire
- 1.7. Protocole de mise en place dans les pathologies
  - 1.7.1. Tennis elbow
  - 1.7.2. Tendinopathie d'achille
  - 1.7.3. Arthrose du genou
  - 1.7.4. Tendinopathie rotulienne
  - 1.7.5. Scoliose
  - 1.7.6. Femmes enceintes
  - 1.7.7. Rupture du LCA du genou



FORMATIONS

## **LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES**

- Lieu : salle adaptée à l'effectif
- Tables de soins mis à disposition
- Polycopiés fournis aux stagiaires
- Bandes de taping fournies
- Rétroprojection
- Mise en pratique des techniques

## **L'ENCADREMENT**

- Nicolas KHALIL, Masseur-kinésithérapeute DE, Kiné du sport, Thérapeute Manuel, attaché de cours à l'IFMK d'Alsace, Président de MKNG Formations
- Manuel GAVELLE, Masseur-Kinésithérapeute, Ostéopathe DO, Thérapeute Manuel, Directeur Général de MKNG Formations

## **SUIVI DE L'EXÉCUTION DU PROGRAMME**

- Feuille d'émargement
- Evaluation des acquisitions à la fin du séminaire

## **ÉVALUATION DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES**

- **Questionnaire de pré-formation**
- Évaluation des stagiaires de la formation à l'aide d'un questionnaire
- A l'issue de la formation, une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action de la formation sera délivrée aux stagiaires



FORMATIONS

## **BIBLIOGRAPHIE**

Bruchard, A. and Mouraille, O. (2013). Applications raisonnées du taping par la physiotaping therapy. Paris: K Sport.

Buckup K. Examen clinique de l'appareil locomoteur. 2nd ed. Paris: Éditions Maloine; 2010.

Choi, I. and Lee, J. (2018). The effect of the application direction of the kinesiology tape on the strength of fatigued quadriceps muscles in athletes. Research in Sports Medicine, 27(1), pp.1-10.

De Ridder, R., Willems, T., Vanrenterghem, J., Verrelst, R., De Blaiser, C. and Roosen, P. (2019). Taping Benefits Ankle Joint Landing Kinematics in Subjects With Chronic Ankle Instability. Journal of Sport Rehabilitation, pp.1-6.

Dufour M, Pillu M. Biomécanique fonctionnelle. Issy-les-Moulineaux: Elsevier-Masson; 2006.

Dufour M. Anatomie de l'appareil locomoteur : Membre inférieur. 2nd ed. Issy-les-Moulineaux: Elsevier Masson; 2007.

Dufour M. Anatomie de l'appareil locomoteur : Membre Supérieur. 2nd ed. Issy-les-Moulineaux [France]: Elsevier Masson; 2007.

Dufour M. Anatomie de l'appareil locomoteur : Tête et Tronc. 2nd ed. Issy-les-Moulineaux: Elsevier, Masson; 2007.

Geoffroy, C. (2018). Taping et strapping. Cumières: Éditions C. Geoffroy.

Ilbeygui, R. and Le Sueur-Almosni, F. (2016). Taping. Paris: Elsevier Masson.

Kumbrink, B. (2016). LIVRE K-Taping®. 2nd ed. berlin: springer.

Pelletier, A., Sanzo, P., Kivi, D. and Zerpa, C. (2018). The effect of patellar taping on lower extremity running kinematics in individuals with patellofemoral pain syndrome. Physiotherapy Theory and Practice, pp.1-9.



FORMATIONS

YILDIRIM, P., DİLEK, B., ŞAHİN, E., GÜLBAHAR, S. and KIZIL, R. (2018). Ultrasonographic and clinical evaluation of additional contribution of kinesiötaping to tendon and nerve gliding exercises in the treatment of carpal tunnel syndrome. TURKISH JOURNAL OF MEDICAL SCIENCES, 48(5), pp.925-932.

MKNG Formations SAS au capital de 1000€  
11 rue du commandant REIBEL 67000 STRASBOURG  
[www.mkngformations.fr](http://www.mkngformations.fr) [mkngformations@gmail.com](mailto:mkngformations@gmail.com)  
Déclaration d'activité n°44670597367 -NAF8559A  
SIRET : 829.474.196.00013