

Programme Crochetage myo-aponévrotique

Jour 1 : La cuisse : partie antérieure, pathologies annexes

Matin de 8h30/12h30

- Anatomie topographique :
 - Vue topographique de la face antérieure de la cuisse : plan superficiel
 - Face antérieure de la cuisse : plan vasculo-nerveux
- Repérage de la face antérieure de la cuisse :

Après-midi de 13h30 à 17h30

Durant la formation, ce repérage se fait par dessin. Palpation et dessin des éléments suivants :

- Le Couturier
- Le Vaste Interne
- Le Vaste Externe (situation ant. Et post.)
- Le Droit Antérieur
- Le Tendeur du Fascia-Lata
- Le Moyen Adducteur
- Le Psoas (passage de l'artère Fémorale)
- Le Pectiné
- Le Droit Interne
- La veine Céphalique (1/3 inf de la cuisse, entre Couturier et Droit Interne)
- Le Petit Adducteur (sous le Moyen Adducteur)
- Le nerf cutané externe

Jour 2 : CMA des faces antérieure, latérale, médiane de la cuisse :

Matin de 8h30/12h30

- Libération du couturier/vaste interne (partie moyenne de la cuisse)
- Libération du droit antérieur/fascia-lata (en dehors), couturier (en dedans)
- Libération du droit antérieur/vaste externe

Après-midi de 13h30 à 17h30

- Point clé défini par le croisement du couturier, du vaste interne, du droit antérieur
- Libération du moyen adducteur/droit interne, petit adducteur
- Tissu push sur le pectiné
- Apport du C.M.A face à une pathologie de cette partie de la cuisse ; la pubalgie :
 - Théorie et pratique

Jour 3 : La nuque

Matin de 8h30/12h30

- Anatomie topographique :
 - Vues topographiques
- Repérage, palpation et dessin :

Les repères musculaires de la colonne cervicale

- Trapèze supérieur (ligne courbe occipitale supérieure, bord libre jusqu'au 1/3 externe de la Clavicule)
- Grand complexe (sous le trapèze, en profondeur)
- Splénius capitis (en dehors des trapèzes, sur la ligne courbe occipitale supérieure)
- S.C.M (en dehors du splénius capitis, couvre l'apophyse mastoïde, se divise en 2 chefs)
- Scalène antérieur (en dehors du S.C.M., sur la première côte)
- Scalène moyen (en dehors du scalène antérieur)
- L'angulaire de l'omoplate (bord postérieur du scalène moyen, accolé à la face antérieure du trapèze)
- Splénius cervicis (post. Par rapport à l'angulaire de l'omoplate, sous le splénius capitis)
- L'omo hyoïdien (palpé lors de la déglutition)
- Peaucier du cou (uni le S.C.M. au trapèze)
- Sous clavier (direction oblique et en dedans)
- Ligament nuchal (depuis l'espace sous occipital jusque C7)

Après-midi de 13h30 à 17h30

- CMA dans le torticolis :
 - Après évaluation du décalage des clavicules, libération des points triggers ; soit entre les 2 chefs sternaux, soit entre le chef claviculaire et le chef sternal, soit au niveau delto-pectoral.
 - Libération du S.C.M. si nécessaire
 - Libération de la plaque spinale en punctiforme
 - Libération de l'insertion supérieure du trapèze
 - Travail réflexe de l'angulaire de l'omoplate sur les transverses de C1, C2, et à travers le trapèze

Tissu push des muscles profonds (complexus, splénius) de l'occiput jusque D6