La réathlétisation, QUI FAIT QUOI ?

Comment améliorer la prise en charge des joueurs et des joueuses afin de leur proposer des protocoles de réathlétisation et de prévention des blessures les plus efficaces *(appréhender la blessure, maîtriser le processus de réathlétisation, clarifier le positionnement dans un staff pluridisciplinaire, plannification et mise en pratique...).*



INTERVENANT
Olivier Maurelli, préparateur physique de l'équipe de France de Handball. Formateur INSEP sur le CCS réathlétisation et maître de conférences associé à l'UFR Staps de Montpellier.

PUBLIC
Professionnels exerçant en milieu sportif : préparateurs physiques, kinésithérapeutes et membres du staff médical.

Groupe restreint : 8 participants à minima.

PRÉREQUIS
Avoir des connaissances de base en anatomie fonctionnelle et des notions de préparation physique.

COÛT
Formation financée à 100% dans le cadre du catalogue sport AFDAS pour les salariés de la branche sport.

LIEU
En visioconférence.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
Nombreux exercices pratiques et mises en situation, échanges basés sur la pratique professionnelle des participants. Le support de cours sera fourni à chaque stagiaire. Attestation de formation.

MODALITÉS D'ÉVALUATION
Avant la formation : test de positionnement + auto évaluation de compétences
Pendant la formation : exercices formatifs et échanges interactifs
Après la formation : évaluation et fiche d'auto positionnement post formation pour mesurer la progression.

CONTENU DE LA FORMATION

Positionnement et bases (09 déc. 2026 - 10h/12h)
- positionnement de la réathlétisation dans le parcours du blessé
- rôle du préparateur physique en réathlétisation et articulation avec le staff médical
- comprendre la blessure : définition, classification, terminologie
- phénomène de désentraînement : aspects physiques et physiologiques
- gestion globale de la charge post-blessure

Profilage et réentraînement (10 fév. 2027 - 10h/12h)
- évaluation du blessé : tests fonctionnels et profils types (exemples adaptés au terrain)
- bases scientifiques et méthodologiques du réentraînement.
- gestion des progressions et de la charge
- exemple pratique : élaboration d'un plan de reprise

Cas pratiques et application (17 février 2027 - 10h/12h)
- focus sur les lésions musculaires (exemple de cas concret)
- identification des étapes clés du retour terrain.
- construction détaillée d'un plan de réathlétisation : choix des exercices, progressions jour après jour, points de vigilance médicaux et physiques, communication avec le staff
- temps d'échanges et retours d'expérience des participants

CONTACT IFER
Marie GUIONNET-RUSCASSIE
Chargée de mission Formation
marie.guionnet-ruscassie@techxv.org
05 61 50 97 56 - 06 44 34 74 68