

La Gymnastique Adominale Hypopressive telle qu'elle est présentée dans ce cours, résulte de recherches scientifiques, fondamentales et cliniques, obéissant aux critères de définition du fait scientifique : reproductibilité et objectivité de l'expérimentation.

La Gymnastique Abdominale Hypopressive est un ensemble de techniques neuromyostatiques globalistes développées à partir de la fin des années 1980, ayant pour objectifs une action de régulation des tensions intrinsèques musculo-conjonctives à de multiples niveaux du corps humain, viscéral, pariétal et squelettique, et interférant bénéfiquement sur de nombreuses pathologies fonctionnelles, digestives, urinaires, vasculaires, en association ou non avec d'autres thérapies, dans divers domaines de la Médecine Traditionnelle (Gynécologie, Urologie, Obstétrique, gastro-entérologie, Médecine de la Douleur

OBJECTIFS

Principal outil préventif utilisé dans le Post-Partum, la *Gymnastique Hypopressive a pour effets principaux :*

- **Une tonification des muscles de la sangle abdominale**
- **Une tonification des muscles du plancher pelvien**
- **Un verrouillage statique de la colonne lombo-sacrée**
- **Une diminution de la congestion du petit bassin**
- **Une amélioration du retour veineux au niveau des membres inférieurs**

D'une durée de trois jours, ce cours est animé par le Docteur Marcel Caufriez (Ph.D.), Professeur à l'Université de Tolède (SP), Spécialiste des Sciences de la Motricité et fondateur de la Méthode et s'adresse aux kinésithérapeutes intéressés par les problèmes fonctionnels liés à la problématique hyperpressive abdominale, couvrant de multiples domaines : post-partum, ptoses viscérales, scoliose, lombalgies, congestions pelviennes, troubles circulatoires des M.I. etc....

PROGRAMME

- Définition des techniques hypopressives
- Bases fondamentales et cliniques de la "systémique fonctionnelle"
- Pratique de la gymnastique hypopressive (partie 1)
- Cadre thérapeutique et historique des techniques hypopressives
- Sangle Abdominale et Plancher Pelvien : neurodépendance
- Pratique de la Gymnastique hypopressive (partie 2)
- Diaphragme Thoracique et Enceinte Manométrique Abdominale
- Associations posturales et pratique de l'aspiration diaphragmatique
- Accouchement et techniques hypopressives
- Scolioses, lombalgies, troubles vasculaires et gym hypopressive
- Pratique de la gymnastique hypopressive (partie 3)
- Synthèse

ACQUISITION

2 Dates au choix

- 25,26,27 octobre 2008
- ou 2,3,4 avril 2009

Coût du stage

490 € (Repas non inclus)