



## Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically



## **Téléchargez et lisez en ligne Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique Jari Ylinen, Michel Pillu, Medirehabook Inc.**

---

296 pages

Présentation de l'éditeur

Ce livre présente toutes les informations nécessaires pour l'utilisation efficace des étirements. Il s'adresse aux masseurs-kinésithérapeutes praticiens et en formation, mais aussi aux étudiants et enseignants en activités physiques et sportives, aux ostéopathes, aux médecins de médecine physique et de réadaptation, ainsi qu'à tous les sportifs et plus généralement à tous ceux qui utilisent les étirements dans leur pratique quotidienne. Les étirements jouent une part importante dans les soins apportés aux tissus mous, après des déformations dues au travail ou au sport. Ils sont utilisés pour accélérer la guérison du système musculo-tendineux, après des exercices ou à la suite d'un traumatisme, pour le traitement de muscles sur-sollicités, ainsi que pour la relaxation. En rééducation, les étirements manuels sont utilisés pour remédier à l'excès de tension musculaire ou à la spasticité, ainsi que pour récupérer la capacité normale d'allongement des tissus. Les techniques d'étirement sont habituellement incorporées à toutes les thérapies manuelles pour guérir le système musculo-tendineux. Ce livre présente une revue des recherches sur les effets des étirements ainsi que sur les différentes techniques. L'arrière-plan théorique ainsi que les mécanismes physiologiques sont aussi expliqués. Des photographies couleur montrent clairement comment pratiquer les étirements, avec des schémas d'anatomie, illustrant la position et la direction du muscle traité, de façon à montrer les positions des mains pouvant être facilement adoptées pour que la direction de la force soit évidente. Les techniques d'étirement statique et de tenu-relâché sont toutes les deux décrites et une attention particulière est apportée aux possibilités de complications ou de contre-indications. Ce livre contient plus de 160 photographies couleur et plus de 200 schémas. Biographie de l'auteur

MD, PhD, MLCOM (Membre du Collège Londonien de Médecine Ostéopathique), est spécialiste en médecine physique et de réadaptation et diplômé en massage rééducatif. Il est chef du Département MPR de l'Hôpital Central de Jyväskylä, Finlande, praticien privé et enseignant des techniques de mobilisation et de manipulation.

Michel Pillu est kinésithérapeute, cadre de santé (CDS), docteur ès sciences en biomécanique (PhD University of Stathclyde, Écosse). Il est enseignant dans les IFMK d Assas, ENKRE et à l IFPP Danhier à Paris.

Download and Read Online Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique Jari Ylinen, Michel Pillu, Medirehabook Inc. #Y7UN4SD35FH

Lire Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique par Jari Ylinen, Michel Pillu, Medirehabook Inc. pour ebook en ligne Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique par Jari Ylinen, Michel Pillu, Medirehabook Inc. Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique par Jari Ylinen, Michel Pillu, Medirehabook Inc. à lire en ligne. Online Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique par Jari Ylinen, Michel Pillu, Medirehabook Inc. ebook Téléchargement PDF Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique par Jari Ylinen, Michel Pillu, Medirehabook Inc. Doc Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique par Jari Ylinen, Michel Pillu, Medirehabook Inc. Mobipocket Étirements musculaires en thérapie manuelle: Théorie et pratique par Jari Ylinen, Michel Pillu, Medirehabook Inc. EPub

**Y7UN4SD35FHY7UN4SD35FHY7UN4SD35FH**