

UNE APPROCHE MULTIDISCIPLINAIRE :

- Vision biomécanique :
posture, gainage
- Vision énergétique :
Qi Gong, Yoga
- Vision imagerie :
animation 3D

CONGRÈS SPORT & PÉRINÉE

Conférences et 2 ateliers au choix
(au choix lors de l'inscription et par ordre d'arrivée)

Tarif : 380€

Inscription sur :

www.degasquet.com

LE CONGRÈS AURA LIEU AU :

**92 bis bd Montparnasse
75014 Paris**

Organisé par de Gasquet, l'Institut et
la participation de l'INSEP

INSEP

et

de la Fédération Française de Gymnastique



LES 27 ET 28 SEPTEMBRE 2018

CONGRÈS SPORT & PÉRINÉE

**Le périnée victime du sport,
le périnée au secours du sport !**

Public : éducateurs sportifs, professionnels de forme, médecins,
kinésithérapeutes, ostéopathes, sages-femmes ... Tous concernés !

DE GASQUET
INSTITUT

JEUDI 27 SEPTEMBRE 2018

LE PERINÉE AU SECOURS DU SPORT

1^{er} JOUR

8h30 - Accueil du public

9h15 - Introduction : Le périnée, le grand oublié : de l'anatomie, de l'éducation physique, du sport de haut niveau. **Dr Bernadette de Gasquet**

9h45 - TABLE RONDE : Le périnée pour la performance sportive, l'outil pédagogique INSEP, changer de paradigme pour le gainage. **Stéphanie Cornu** - (chargée de mission au PRN SEMC, Ministère des sports), **Jean Senges** - (Responsable de la cellule de préparation physique et réathlétisation, Creps PACA site de Boulouris, Chef de projet réathlétisation INSEP), **Franck Legras** - (Chargé de mission à la Fédération Française de Gymnastique, Ministère des sports), **Frédéric Evrard** - (MKDE, Maître Assistant Haute Ecole de Kinésithérapie Province de Liège).

10h30 - Pause

10h50 - Reprise de la table ronde

11h40 - Identité posturale et renforcement musculaire. **Olivier Pauly** - (Entraîneur – préparateur physique)

12h15 - Pause déjeuner

14h00 - Le périnée pour la prévention des blessures : Le périnée et la lombalgie. **Franck Legras** et **Martine Robert** - (DTN Adjoint Fédération Nationale de Gymnastique), **Yoann Vitonne** - (MKDE)

14h40 - Le périnée au secours des blessures sportives : Réhabilitation des sportifs blessés - **Jean Senges**

15h10 - Pause

15h30 - Biomécanique du gainage : thérapie manuelle. **Gian Marco Trovarelli** - (kinésithérapeute et ostéopathe)

16h00 - Le sport et le périnée féminin. **Pr Pierre Marès** - (gynécologue obstétricien)

16h30 - Témoignages de sportifs et préparateurs sportifs.

17h00 - Le travail imaginaire en cas d'immobilisation, exemple d'un accidenté de la route. **Dr Bernadette de Gasquet**, **Sylvie Sabatatakis** - (professeur de yoga)

17h30 - Présentation des ateliers

VENDREDI 28 SEPTEMBRE 2018

LE PERINÉE VICTIME DU SPORT

2^{er} JOUR

GROUPE 1 - Séance plénière 9h00 – 10h30

9h00 - Le périnée, un fondement à haut risque: anthropologie, un peu d'histoire et un peu d'ailleurs et représentation, l'imagerie médicale dynamique, du Point au G au pessaire - **Dr Bernadette de Gasquet**, d'après les travaux du **Dr Yvonne Marathos** - (radiologue).

9h30 - Organisation d'un centre de la douleur pelvienne au Canada **Annie Breton**

10h00 - Troubles du comportement alimentaire, hyperactivité et périnée. **Julie Robert** - (MKDE)

GROUPE 2

Ateliers, le périnée sans y toucher
(2 ateliers par participants) 9h00 – 10h30

9h00 - 1^{er} Atelier
- Gainages. **Frédéric Evrard**, **Yoann Vitonne** - (MKDE ostéopathes)
- Périnée et préparation physique. **Frédéric Evrard**, **Yoann Vitonne** (MKDE - ostéopathes)
- Boules de geisha. **Sophie Frignet** - (sage femme)
- Danse orientale. **Elise Alexeline** - (Professeur de Danse DE)
- Qi Gong. **Annick Le Verre** - (MKDE)

9h45 - 2^{ème} Atelier

10h30 - Pause

11h00 - Groupe 1 : Ateliers / Groupe 2 : Plénière

12h30 - Pause

14h00 - Grossesse et accouchement de la sportive. **Dr Thierry Harvey** - (gynécologue obstétricien)

14h30 - L'incontinence urinaire et fécale des grands sportifs. **Carole Maître** - (INSEP)

15h00 - Les affections coloproctologiques liées au sport. **Dr Bruno Roche** - (Chirurgien spécialisé en coloproctologie)

15h30 - Pause

15h50 - Prise en charge de l'incontinence chez les athlètes féminines et les professionnels du sport. **Alain Bourcier** - (MKDE)

16h50 - Conclusion

FAITES DU SPORT !

Le ministère de la santé et les mutuelles santé ont trouvé le remède miracle qui guérit tout, prévient tout ... ne coûte, en apparence qu'un effort à chaque citoyen solidaire de cette économie.. Il faut faire du sport contre le diabète, l'hypertension, la dépression, les problèmes cardiaques etc ...

Il est évident que pour des sédentaires assis toute la journée, et mal assis, le sport est une sage recommandation. **Mais comment ?**

C'est là tout le problème. Le sport, c'est bon pour la santé. Cependant beaucoup de grands sportifs ont des problèmes de dos, d'articulations et bien sûr ... de périnée ! C'est du périnée dont on parle le moins. Pourtant il est la première victime des pressions abdominales, par le seul fait de la bipédie.

Mais c'est aussi le périnée qui permet justement un autre placement dans la verticale, ce qui permettra de le protéger. En travaillant sur cette problématique avec le creps Paca nous avons mis en évidence que l'autograndissement à partir du périnée pouvait aussi améliorer la performance sportive et protéger des blessures mécaniques. Ce que la fédération nationale de gymnastique travaille à valider.

Ce congrès est un moyen d'échanger autour de ces différentes perspectives, avec les représentants des professionnels de terrain. Comme d'habitude, les ateliers permettront une prise de conscience du périnée « sans y toucher », l'histoire et l'anthropologie seront évoquées.

