

Cours en ligne d'une durée de 10 heures dans lequel sont présentées les meilleures pratiques relatives à la chaussure de course à pied. Les points pivots de cette formation sont la vente-conseil, la recommandation personnalisée et l'utilisation pratique de variables (modèles, matériaux, ajouts techniques, etc.) propres à la chaussure de sport. Ce module théorique en ligne est enrichi de vidéos, de résumés d'articles scientifiques, d'outils cliniques et de cas modèles. Il est fortement recommandé aux acteurs du milieu de la course soucieux d'offrir un service de qualité au coureur, à la fine pointe des connaissances actuelles et fondé sur des pratiques reconnues.

(N.B. Aucun prérequis exigé. Formation autogérée. Un examen vérifiant l'acquisition des connaissances clôt cette formation. La durée du module est d'environ 10 heures d'apprentissage.)

COURS 1.4 - OBJECTIFS

EN SE BASANT SUR LES ÉTUDES SCIENTIFIQUES LES PLUS RÉCENTES, LES PARTICIPANTS SERONT AMENÉS À ATTEINDRE LES COMPÉTENCES SUIVANTES :

- présenter les recommandations fréquemment véhiculées sur la chaussure de course et en mesurer la valeur scientifique;
- connaître la terminologie utilisée pour décrire l'anatomie d'une chaussure de course;
- mettre en évidence les croyances, tendances du marché, recommandations habituelles et théories mises de l'avant par l'industrie de la chaussure;
- comprendre le biais commercial direct et indirect influençant les recommandations de chaussures faites aux coureurs;
- connaître l'ensemble des évidences scientifiques liant la chaussure de course aux blessures et à la performance;
- maîtriser l'indice minimaliste, ses valeurs métrologiques et ses applications cliniques et scientifiques;
- déterminer l'effet de différents types de chaussures sur la cinétique, la cinématique et le stress tissulaire ;
- fournir des lignes directrices sur le temps requis pour une transition sécuritaire entre chaussures aux différents niveaux de minimalisme ;
- simplifier la prescription de chaussures de course par une meilleure connaissance des critères pertinents et des recommandations fondées sur la science ;
- intégrer des exemples de cas cliniques réels où la prescription, ou la recommandation, de chaussures est au centre de la thérapeutique.

TEMPS TOTAL D'APPRENTISSAGE : 10 HEURES