



0x
00
00
00
00
00

Dans le cadre de la journée de l'AGA du 21 septembre 2014

Karaté Québec offre **GRATUITEMENT** à tous les instructeurs et les arbitres

de Karaté Québec une formation sur :

(Karaté Québec se réserve le droit de limiter le nombre de participants par dojo advenant un manque de places pour tous les dojos intéressés)

LES BLESSURES AU KARATÉ

Conférencière : Mme Chantal Comeau, B.Sc., CAT(C), KIN
Thérapeute sportif et kinésiologue
Clinique Ostéo-MedSport Médecine Sportive

Emplacement : Centre Gabrielle et Marcel-Lapalme
5350, rue Lafond
Montréal, QC H1X 2X2
Salle polyvalente

Heure : 9h00 à 12h30



Les instructeurs et les arbitres doivent s'inscrire **EN LIGNE** à l'avance en cliquant sur le lien suivant : **[INSCRIPTION À LA FORMATION](#)** (Date limite d'inscription : Jeudi, le 18 septembre 2014)



LES BLESSURES AU KARATÉ

- **Blessures spécifiques au karaté et comment les soigner**
 - Anatomie de base
 - Entorse-foulure
 - Fracture
 - Saignements divers (nez, orteils, doigts)

- **Glace vs chaud**
 - Quand doit-on utiliser de la glace et/ou la chaleur
 - Différentes formes de glace-chaleur

- **Commotion cérébrale (nouveau protocole)**
 - Définition de la commotion
 - Signes et symptômes
 - Quand retirer l'athlète
 - Étapes progressives du retour au jeu

- **Trousse et fiche médicale**
 - Survol de ce que doit contenir une trousse pour entraînement et tournoi
 - Importance de la fiche médicale