

Ostéopathie – Ostéopathie du Sport

Kévin LAVERGNE Ostéopathe D.O Ostéopathie du sport
5 rue Montaigne 74000 Annecy

Tél/Fax : 04 50 66 43 79 lavergne.kevin@tele2.fr

Qu'est ce que l'Ostéopathie ?

L'Ostéopathie est une thérapie manuelle qui permet de **rétablir le bon fonctionnement de la mécanique humaine**. Ce qui permet de soulager les douleurs et de prévenir l'apparition des « maladies ».

L'Ostéopathe **recherche les origines des problèmes** plutôt que de traiter seulement les symptômes.

L'Ostéopathe a une approche globale des patients afin de les soigner en tenant compte de leur état de santé, leurs antécédents, ainsi que de leur mode de vie.

L'Ostéopathe ne travail qu'avec ses mains

L'Ostéopathe du Sport :

L'Ostéopathe du Sport veille à la **prévention des blessures, à l'optimisation du corps** pour exploiter et préserver au mieux le potentiel physique de chacun.

L'Ostéopathie du Sport concerne :

Enfants, Débutants :



➤ Pour prévenir les blessures liées au manque de technique, à la suite de chute...

Sport Loisir :



➤ Pour pouvoir profiter pleinement de son sport en limitant le risque de blessures...

Amateur avertit, Haut niveau, sportifs professionnels :



➤ Objectif Performance

Quand consulter ?

A titre préventif :



➤ Check up : avant une épreuve la reprise, en cours de saison...
➤ Pour préserver les articulation, les muscles et les tendons...

A titre curatif :



➤ Après une chute ou une blessure.
➤ **En cas de blocage, de gêne ou de douleur.**
➤ En cas de Stress, manque de concentration...

Pour récupérer :



➤ Eliminer les traces laissées par l'effort. (post compétition ou gros entraînement)
➤ Purger la « machine énergétique ».

N'hésitez pas à demander à votre Ostéopathe du Sport s'il peut vous aider.